

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
7:30							
8:00							
8:30							
9:00							
9:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							
22:30							
23:00							
23:30							

土曜日のGRITは週替わりです。

1日(土)	LES MILLS GRIT   ATHLETIC
8日(土)	LES MILLS GRIT   CARDIO
15日(土)	LES MILLS GRIT   STRENGTH
22日(土)	LES MILLS GRIT   ATHLETIC

**水曜わくわく枠**  
11:00~11:45 (45分・30分)  
2ページ目参照

**LES MILLS BODYJAM**  
12:00~13:00 (60分)  
CHIE

**木曜わくわく枠①**  
12:15~12:45 (30分)  
2ページ目参照

**LES MILLS BODYJAM**  
12:00~13:00 (60分)  
織田 しほり

**LES MILLS BODYSTEP**  
11:30~12:30 (60分)  
早川 尚希

**LES MILLS BODYSTEP**  
12:15~13:15 (60分)  
織田 しほり

**木曜わくわく枠②**  
13:00~13:30 (30分)  
2ページ目参照

**LES MILLS BODYBALANCE**  
12:45~13:45 (60分)  
早川 尚希

**LES MILLS GRIT**  
14:00~14:30 (30分)  
新藏 真夕

**LES MILLS BODYJAM**  
13:45~14:45 (60分)  
MORI

**LES MILLS BODYJAM**  
14:45~15:45 (60分)  
MI NA

**LES MILLS BODYPUMP**  
15:00~16:00 (60分)  
加藤 洋平

**LES MILLS BODYPUMP**  
**LES MILLS BODYCOMBAT**  
16:00~17:00 (60分)  
織田 しほり/吉田 奈々

**LES MILLS BODYCOMBAT**  
16:15~17:15 (60分)  
加藤 洋平

**LES MILLS BODYATTACK**  
18:00~19:00 (60分)  
神田 菜月

**LES MILLS Shapes**  
19:15~20:00 (45分)  
伊藤 優綺

**LES MILLS BODYCOMBAT**  
19:15~20:15 (60分)  
新美 有基

BODYATTACKの週のみ会費会員限定クラスとなります。参加料金2,200円

**LES MILLS BODYATTACK**  
**LES MILLS BODYCOMBAT**  
19:30~20:30 (60分)  
伊藤 慎/週替わり

**LES MILLS BODYPUMP**  
19:15~20:15 (60分)  
井比 賢史

**TRXトレーニング**  
19:55~20:25 (30分)  
織田 しほり

**LES MILLS BODYJAM**  
20:45~21:45 (60分)  
織田 しほり

**LES MILLS BODYATTACK**  
20:30~21:30 (60分)  
永田 浩也

**LES MILLS DANCE**  
20:45~21:30 (45分)  
織田 しほり

**LES MILLS BODYCOMBAT**  
20:15~21:15 (60分)  
伊藤 優綺

**LES MILLS BODYJAM**  
**LES MILLS DANCE**  
20:30~21:30 (60分/45分)  
ICCHY/MI NA

**LES MILLS BODYSTEP**  
21:45~22:45 (60分)  
永田 浩也

**LES MILLS BODYATTACK**  
21:45~22:45 (60分)  
下山 徳大

**LES MILLS BODYJAM**  
21:30~22:30 (60分)  
KAZUYA/ICCHY

※GRITは、曜日・時間短縮に関係なく朝活・夜活・全活プランの方は1,100円(税込)でご参加いただけます。都度プランの方は2,750円(税込)でご参加いただけます。UNDER30の方は追加料金なしでご参加いただけます。※キャンセルされる場合は前日23時までにキャンセルの手続きをお願いいたします。時間を過ぎてからのキャンセルは、次回ご来店時にキャンセル料金として100%をお支払いいただきます。

# 2月週替わりカレンダー



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 16:00-17:00 織田 しほり  <b>LES MILLS DANCE</b> 20:30-21:15 MINA
2	3	<b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 19:30-20:30 川本 友子	<b>LES MILLS Shapes</b> 11:00-11:45 CHIE	TRX トレーニング 12:15-12:45 織田 しほり  <b>LES MILLS BODYSTEP</b> 13:00-13:30 織田 しほり	<b>LES MILLS BODYJAM</b> 21:30-22:30 KAZUYA	<b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 16:00-17:00 吉田 奈々  <b>LES MILLS BODYJAM</b> 20:30-21:30 ICCHY
9	10	11 特別スケジュール	<b>LES MILLS CORE</b> 11:15-11:45 CHIE	13 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 12:15-12:45 織田 しほり  春城ストレッチ 13:00-13:30 織田 しほり	14 <b>LES MILLS BODYJAM</b> 21:30-22:30 ICCHY	15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 16:00-17:00 織田 しほり  <b>LES MILLS DANCE</b> 20:30-21:15 MINA
16	17	<b>LES MILLS BODYATTACK</b> 19:30-20:30 伊藤 慎	<b>LES MILLS CORE</b> 11:15-11:45 CHIE	20 TRX トレーニング 12:15-12:45 織田 しほり  <b>LES MILLS BODYSTEP</b> 13:00-13:30 織田 しほり	21 <b>LES MILLS BODYJAM</b> 21:30-22:30 KAZUYA	22 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 16:00-17:00 吉田 奈々  <b>LES MILLS BODYJAM</b> 20:30-21:30 ICCHY
23	24 特別スケジュール	<b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 19:30-20:30 吉田 奈々	<b>LES MILLS CORE</b> 11:15-11:45 CHIE	27 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 12:15-12:45 織田 しほり  春城ストレッチ 13:00-13:30 織田 しほり	28 <b>LES MILLS BODYJAM</b> 21:30-22:30 ICCHY	