

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

火曜日のGRITはSTRENGTHです。
土曜日のGRITは週替わりです。

1日(土)	LES MILLS GRIT	STRENGTH
8日(土)	LES MILLS GRIT	ATHLETIC
15日(土)	LES MILLS GRIT	CARDIO
22日(土)	LES MILLS GRIT	STRENGTH
29日(土)	LES MILLS GRIT	ATHLETIC

2025.11

Schedule

BODYATTACKと
BODYPUMPのみ
会費会員限定ク
ラスとなります。
BODYATTACK
→2,200円
BODYPUMP
→1,650円

※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。

11週替わりカレンダー



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1 LES MILLS BODYCOMBAT 16:00-17:00 吉田 奈々
2	3 特別スケジュール	4 LES MILLS BODYATTACK 19:30-20:30 半谷 春城	5 LES MILLS Shapes 11:00-11:45 CHIE	6 LES MILLS CORE 12:15-12:45 半谷 春城 LES MILLS BODYPUMP 13:00-13:30 織田 しほり	7 LES MILLS BODYJAM 21:30-22:30 KAZUYA	8 LES MILLS BODYCOMBAT 16:00-17:00 半谷 春城
9 特別スケジュール	10	11 LES MILLS BODYPUMP 19:15-20:30 井比 賢史 ※テクニック15分と 60分クラス ※会費会員限定 1,650円	12 LES MILLS CORE 11:15-11:45 CHIE	13 LES MILLS CORE 12:15-12:45 半谷 春城 LES MILLS BODYSTEP 13:00-13:30 織田 しほり	14 LES MILLS BODYJAM 21:30-22:30 TAIKO	15 LES MILLS BODYPUMP 16:00-17:00 織田 しほり
16	17	18 LES MILLS BODYATTACK 19:15-20:15 伊藤 慎 ※会費会員限定 2,200円 LES MILLS BODYCOMBAT 21:45-22:45 川本 会費会員2,200円 その他4,400円	19 LES MILLS CORE 11:15-11:45 CHIE	20 LES MILLS BODYCOMBAT 12:15-12:45 半谷 春城 春城ストレッチ 13:00-13:30 半谷 春城	21 LES MILLS BODYJAM 21:30-22:30 KAZUYA	22 LES MILLS BODYPUMP 16:00-17:00 織田 しほり
23 特別スケジュール	24 特別スケジュール	25 LES MILLS BODYPUMP 19:15-20:30 井比 賢史 ※テクニック15分と 60分クラス ※会費会員限定 1,650円	26 LES MILLS CORE 11:15-11:45 CHIE	27 LES MILLS BODYPUMP 12:15-13:15 織田 しほり	28 LES MILLS BODYJAM 21:30-22:30 TAIKO	29 LES MILLS BODYCOMBAT 16:00-17:00 吉田 奈々
30						