

※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。
※HYROX会員様はHYROXの枠を3週間前からご予約可能です。

9月週替わりカレンダー



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1 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	2 LES MILLS Shapes 11:00-11:45 CHIE 20:30-21:30 BODYATTACK 21:45-22:45 HYROX は休講です。	3 TRXトレーニング 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	4 HYROX 19:15-20:00 半谷 春城 LES MILLS BODYCOMBAT 20:15-21:15 吉田 奈々 ダンス基礎 21:30-22:30 織田 しほり	5 LES MILLS BODYSTEP 11:30-12:30 織田 しほり LES MILLS CORE 12:45-13:45 半谷 春城 LES MILLS BODYCOMBAT 16:00-17:00 吉田 奈々
6	7	8 LES MILLS BODYCOMBAT 19:30-20:30 半谷 春城	9 LES MILLS CORE 11:15-11:45 CHIE LES MILLS BODYATTACK 20:30-21:30 永田 浩也 LES MILLS BODYSTEP 21:45-22:45 永田 浩也	10 HYROX 12:15-12:45 半谷 春城 春城ストレッチ 13:00-13:30 半谷 春城	11 LES MILLS Shapes 19:15-20:00 伊藤 優綺 LES MILLS BODYCOMBAT 20:15-21:15 伊藤 優綺 LES MILLS BODYJAM 21:30-22:30 KAZUYA	12 LES MILLS BODYSTEP 11:30-12:30 早川 尚希 LES MILLS BODYATTACK 12:45-13:45 早川 尚希 LES MILLS BODYPUMP 16:00-17:00 織田 しほり
13	14	15 LES MILLS BODYATTACK 19:30-20:30 伊藤 慎 ※会費会員限定 2,200円	16 LES MILLS CORE 11:15-11:45 CHIE／半谷 LES MILLS BODYATTACK 20:30-21:30 半谷 春城 HYROX 21:45-22:45 半谷 春城	17 LES MILLS CORE 12:15-12:45 半谷 春城 LES MILLS BODYSTEP 13:00-13:30 織田 しほり	18 HYROX 19:15-20:00 半谷 春城 LES MILLS BODYCOMBAT 20:15-21:15 吉田／半谷 ダンス基礎 21:30-22:30 織田 しほり	19 LES MILLS BODYSTEP 11:30-12:30 早川 尚希 LES MILLS BODYATTACK 12:45-13:45 早川 尚希 LES MILLS BODYCOMBAT 16:00-17:00 吉田 奈々
20 特別スケジュール 今池まつり	21 特別スケジュール 今池まつり	22 特別スケジュール	23 特別スケジュール	24 LES MILLS BODYPUMP 12:15-12:45 織田 しほり LES MILLS BODYCOMBAT 13:00-13:30 半谷 春城	25 LES MILLS Shapes 19:15-20:00 伊藤 優綺 LES MILLS BODYCOMBAT 20:15-21:15 伊藤 優綺 LES MILLS BODYJAM 21:30-22:30 KAZUYA／織田	26 LES MILLS BODYSTEP 11:30-12:30 織田 しほり LES MILLS CORE 12:45-13:45 半谷 春城 LES MILLS BODYPUMP 16:00-17:00 織田 しほり
27	28	29 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	30 LES MILLS CORE 11:15-11:45 CHIE LES MILLS BODYATTACK 20:30-21:30 半谷 春城 HYROX 21:45-22:45 半谷 春城			

9月はニューリリースシーズンです！
 このタイミングで普段参加していないプログラムを
 始めるのもおすすめです♪