

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
10:30							
11:00							
11:30	11:15~11:45 かんたんエアロ	11:15~11:45 BODY PUMP 30	11:15~11:45 BODY ATTACK 30	11:15~11:45 かんたんステップ	11:15~11:45 BODY COMBAT 30		11:30~12:00 かんたんエアロ
12:00					12:00~12:30 かんたんステップ		12:15~12:45 かんたんステップ
12:30							
13:00						15:00~15:30 BODY PUMP 30	15:00~16:00 BODY ATTACK
13:30						15:45~16:15 BODY COMBAT 30	
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							18時閉館
18:30							【注】 諸事情により、タイムテーブルが 替わることがあります。 23日(土) は、祝日のため 18時までの営業時間となります。
19:00		19:00~20:00 BODYCOMBAT		19:00~20:00 BODYPUMP			
19:30	19:15~19:45 BODY PUMP 30		19:15~19:45 かんたんステップ		19:15~20:15 BODY ATTACK		
20:00	20:00~20:30 BODY COMBAT 30		20:00~20:30 BODY ATTACK 30				
20:30							
21:00							

※15(金) 16(土)
 休館日となります。

12月臨時タイムテーブル

2017.12

12/12 (火)	
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
15:00	15:00
15:30	15:30
16:00	16:00
16:30	16:30
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

11:15~11:45
かんたんステップ

19:15~20:15
BODY ATTACK

年末年始
12/30 (土) ~1/3 (水)
スタジオレッスン休講となります。