







	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		
12:30							12:15~12:45 かんたんステップ
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00						15:00~15:30 BODY PUMP 30	15:00~16:00 BODY ATTACK
15:30						15:45~16:15 BODY COMBAT 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。 11日(土) は、祝日のため 18時までの営業時間となります。
19:00							
19:30	19:15~19:45 BODY PUMP 30	19:15~20:15	19:15~19:45 かんたんステップ	19:15~20:15	19:15~20:15		
20:00		BODYCOMBAT		BODYPUMP	BODY ATTACK		
20:30	20:00~20:30 BODY COMBAT 30		20:00~20:30 BODY ATTACK 30				
21:00							※15(水) 16(木) 休館日となります。

8月臨時タイムテーブル

2018.08

	8/7 (火)	8/9 (木)	8/25 (土)
10:00			
10:30			
11:00			
11:30	11:15~11:45 かんたんステップ	11:15~11:45 かんたんステップ	
12:00			
12:30			
13:00			
13:30			
14:00			
14:30			
15:00			15:00~15:45 BODY ATTACK45
15:30			
16:00			
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30	19:15~19:45 かんたんステップ	19:15~20:00 BODY ATTACK45	
20:00			
20:30	20:00~20:30 BODY ATTACK 30		
21:00			

8/11 (土) ~ 14 (火)
スタジオレッスン休講となります。