

	実施場所			
	メインスタジオ	VR/FTAスタジオ	カウンセリングルーム	
10:00	営業開始 10:00			10:00
10:00	10:15~10:45 ビギナーエクササイズ	10:00~11:00 	体組成計 測定 随時 受付中… 気軽にフロントスタッフまで お声かけください♪	10:00
11:00				11:00
11:00		11:20~11:50 		11:00
12:00				12:00
12:00		12:15~13:00 TRX & ViPR ※定員8名 [MUTSUMI]		12:00
13:00				13:00
13:00	13:30~14:30 LES MILLS BODYPUMP [MUTSUMI]	13:05~14:40 フリーファンクショナル TIME		13:00
14:00				14:00
15:00		15:00~16:00 		15:00
16:00				16:00
16:00		16:20~17:05 	レッスンの参加には 原則WEB会員登録からの レッスン予約が必要となります。 ※予約がなくてもご参加いただける レッスンもございます。 また予約の空き状況により当日のご参加が 可能な場合もございます。	16:00
17:00				17:00
17:00		17:25~18:10 		17:00
18:00			18:00	
18:00	  このマークはヴァーチャルレッスンとなります。			18:00
19:00	スタッフタイム 10:00~18:00			19:00