

日付	曜日	場所	時間	レッスン	イントラ
9月19日	土	スタジオ	19:30～20:15	LES MILLS BODYATTACK	【有料】 Jun
9月20日	日	スタジオ	13:30～14:15	LES MILLS DANCE	【有料】 Jun
9月20日	日	スタジオ	14:30～15:15	UBOUND RADICAL FITNESS	【有料】 Jun
9月26日	土	ホットスタジオ	11:00～12:00	ポールコンディショニング	宮下
9月28日	月	スタジオ	15:15～16:00	なごみヨガ	まさこ
9月28日	月	スタジオ	21:15～22:00	LES MILLS BODYPUMP	VR
9月29日	火	スタジオ	11:45～12:15	初心者エアロ	石井
9月29日	火	スタジオ	19:00～19:45	ヨガ	まさこ
10月3日	土	プール	12:15～13:00	WJ & 水中運動	高野



代行レッスン	イントラ
LES MILLS BODYATTACK	【有料】 Hira
LES MILLS DANCE	VR
LES MILLS BODYPUMP	VR
フリー岩盤浴	
ヨガ	長久保
LES MILLS BODYPUMP	飯室
LES MILLS DANCE	VR
ヨガ	長久保
WJ & 水中運動	山本