

日付	曜日	場所	時間	レッスン	イントラ
9月8日	火	ホットスタジオ	1日	すべて	
9月8日	火	プール	1日	すべて	
9月10日	木	ホットスタジオ	1日	すべて	
9月10日	木	プール	1日	すべて	
9月10日	木	スタジオ	21:15~22:00	LES MILLS DANCE	【有料】 Jun
9月11日	金	スタジオ	20:30~21:15	LES MILLS BODYSTEP	【有料】 Jun
9月12日	土	スタジオ	19:30~20:15	LES MILLS BODYATTACK	【有料】 Jun
9月13日	日	スタジオ	13:30~14:15	LES MILLS DANCE	【有料】 Jun
9月13日	日	スタジオ	14:30~15:15	UBOUND RADICAL FITNESS	【有料】 Jun
9月14日	月	スタジオ	21:15~22:00	LES MILLS BODYPUMP	VR
9月15日	火	スタジオ	10:30~11:30	姿勢改善ピラティス	田中
9月15日	火	ホットスタジオ	12:30~13:30	ホットコンディショニング	田中
9月15日	火	スタジオ	12:30~13:15	UBOUND RADICAL FITNESS	【有料】 Jun
9月15日	火	スタジオ	15:30~16:15	リセットポール コンディショニング	田中



代行レッスン	イントラ
休講	
休講	
休講	
休講	
LES MILLS DANCE	VR
LES MILLS BODYPUMP	飯室
LES MILLS BODYATTACK	【有料】 Hira
LES MILLS DANCE	VR
LES MILLS BODYPUMP	VR
LES MILLS BODYPUMP	飯室
LES MILLS BODYBALANCE	VR
フリー岩盤浴	
LES MILLS BODYPUMP	VR
休講	

9月15日	火	スタジオ	20:00～20:45	LES MILLS BODYATTACK	【有料】 Jun
9月17日	木	ホットスタジオ	17:30～18:30	はじめてフローヨガ	青沼
9月17日	木	スタジオ	21:15～22:00	LES MILLS DANCE	【有料】 Jun
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

LES MILLS BODYATTACK	【有料】 Hira
ヨガ	赤澤
LES MILLS DANCE	VR
LES MILLS BODYATTACK	【有料】 Hira
LES MILLS DANCE	VR
LES MILLS BODYPUMP	VR
ヨガ	長久保
LES MILLS BODYPUMP	飯室
LES MILLS DANCE	VR
ヨガ	長久保