

	月	火	水	木	金	土	日
08:00	08:00~(30) ボディバランス #ランダム	08:00~(30) ダンス#3	08:00~(45) シバム #52		08:00~(30) ボディバランス #ランダム	08:00~(45) ボディコンバット #98	08:00~(30) ダンス#2
09:00	08:45~(45) ボディアタック #123	08:45~(45) ボディパンプ #122	09:00~(30) ボディバランス #ランダム	08:15~(60) ボディコンバット #93	8:45~(30) コア#ランダム		08:45~(30) ボディバランス #ランダム
10:00	09:45~(45) ダンス #2	09:45~(45) シバム #48	09:45~(60) ボディパンプ #ランダム	09:30~(45) ボディパンプ #126	09:30~(45) ダンス #1	09:00~(60) ボディバランス #ランダム	08:00~(45) シバム #52
11:00	10:45~(60) ボディパンプ #128	10:45~(45) ボディバランス #102	11:00~(45) ボディアタック #117	10:30~(45) ダンス #2	10:30~(45) ボディバランス #103	10:15~(60) ボディコンバット #91	10:30~(60) ボディコンバット #98
12:00	12:00~(30) コア#ランダム	11:45~(30) ボディコンバット#97	12:00~(45) ボディコンバット #92	11:30~(45) ボディバランス #103	11:30~(60) ボディコンバット #94	11:30~(60) ボディパンプ #123	11:45~(45) ボディアタック #118
13:00	12:45~(45) ボディバランス #97	12:30~(60) ボディアタック #122	13:00~(30) コア#ランダム	12:30~(60) ボディコンバット #95	12:45~(30) バー#24	12:45~(30) ボディアタック#120	12:45~(30) コア#ランダム
14:00	13:45~(30) バー#23	13:45~(30) コア#ランダム	13:45~(30) ボディバランス #ランダム	13:45~(30) バー#20	13:30~(45) ボディパンプ #127	13:30~(45) ボディコンバット #97	13:30~(45) シバム #50
15:00	14:30~(45) シバム #51	14:30~(45) ボディコンバット #96	14:30~(45) ダンス #3	14:30~(45) シバム #ランダム	14:30~(45) ボディアタック #123	14:30~(45) ダンス #1	14:30~(45) ボディコンバット #92
16:00	15:30~(45) ボディコンバット #97	15:30~(45) ボディパンプ #122	15:30~(45) ボディコンバット #93	15:30~(45) ボディアタック #121	15:30~(45) ボディバランス #100	15:30~(45) ボディパンプ #125	15:30~(30) バー#18
17:00	フリータイム ※スタジオ利用できる会員様は、ご利用頂けます 広い空間でダンス練習、フォームの確認、トレーニングなどができます！！					16:30~(30) ボディアタック #ランダム	16:15~(45) ボディパンプ #126
						17:15~(30) ボディコンバット #ランダム	17:15~(30) ダンス#1
18:00	18:00~(45) ダンス #3	18:00~(45) ボディパンプ #ランダム	18:00~(45) コア #ランダム	18:00~(45) ボディバランス #ランダム	18:00~(45) ボディアタック #ランダム	18:00~(45) コア #ランダム	18:00~(45) ボディアタック #ランダム
19:00	19:00~(45) ボディアタック #ランダム	19:00~(45) ボディバランス #ランダム	19:00~(45) ボディパンプ #ランダム	19:00~(45) ボディコンバット #ランダム	19:00~(45) シバム #ランダム	19:00~(45) ボディコンバット #ランダム	19:00~(45) ボディパンプ #ランダム
20:00	20:00~(45) コア #ランダム	20:00~(45) ボディコンバット #ランダム	20:00~(45) ボディアタック #ランダム	20:00~(45) ボディパンプ #ランダム	20:00~(45) ボディコンバット #ランダム	20:00~(45) ボディパンプ #ランダム	20:00~(45) ボディバランス #ランダム
21:00	21:00~(45) ボディコンバット #ランダム	21:00~(45) ボディアタック #ランダム	21:00~(45) ボディコンバット #ランダム	21:00~(45) ダンス #1	21:00~(45) ボディパンプ #ランダム	21:00~(45) ボディアタック #ランダム	21:00~(45) ボディコンバット #ランダム
22:00	22:00~(45) ボディパンプ #ランダム	22:00~(45) コア #ランダム	22:00~(45) ボディバランス #ランダム	22:00~(45) コア #ランダム	22:00~(45) ボディアタック #ランダム	22:00~(45) ダンス #2	22:00~(45) シバム #ランダム
23:00							

FIT365マナー

- ・レッスン開始10分後以降の入室はご遠慮ください。
- ・途中入室・退出する場合は、周りのお客様にご迷惑にならないようご配慮お願い致します。
- ・プログラムの内容が変更になる場合がございますので予めご了承ください。
- ・レッスンで使用したアイテムは消毒後、元の位置に戻してください。

アンケート実施中！

スタジオスケジュール作成の参考にさせていただきます！

QRコードを読み取っていただき、アンケートにお答えください！

皆様のご意見お待ちしております！

