



FIT365

千葉ニュータウン

スタジオプログラム スケジュール



	月	火	水	木	金	土	日
06:00	06:00~(60) LesMILLS BODYBALANCE	06:00~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	06:00~(60) LesMILLS BODYPUMP	06:00~(60) LesMILLS BODYATTACK	06:00~(60) LesMILLS BODYBALANCE	06:00~(60) LesMILLS BODYATTACK	06:00~(60) LesMILLS BODYPUMP
07:00	07:20~(30) CORE	07:20~(30) GRIT	07:20~(30) CORE	07:20~(30) GRIT	07:20~(30) LesMILLS BODYPUMP	07:20~(30) CORE	07:20~(30) GRIT
08:00	08:10~(60) LesMILLS BODYPUMP	08:10~(45) LesMILLS SH'BAM	08:10~(60) LesMILLS BODYBALANCE	08:10~(60) LesMILLS BODYPUMP	08:10~(60) LesMILLS BODYBALANCE	08:10~(45) LesMILLS SH'BAM	08:10~(60) LesMILLS BODYPUMP
09:00	09:20~(30) CORE	09:20~(30) GRIT	09:20~(30) GRIT	09:20~(30) CORE	09:20~(30) GRIT	09:20~(30) LesMILLS BODYCOMBAT	09:20~(30) CORE
10:00	10:00~(60) LesMILLS BODYBALANCE	10:00~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	10:00~(60) LesMILLS BODYPUMP	10:00~(60) LesMILLS BODYATTACK	10:00~(60) LesMILLS BODYBALANCE	10:00~(60) LesMILLS BODYATTACK	10:00~(30) LesMILLS GRIT
11:00	11:20~(30) CORE	11:20~(30) GRIT	11:20~(60) LesMILLS BODYBALANCE	11:20~(60) LesMILLS BODYBALANCE	11:20~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	11:20~(30) LesMILLS CORE	10:50~(60) LesMILLS BODYBALANCE
12:00	12:10~(60) LesMILLS BODYPUMP	12:10~(45) LesMILLS SH'BAM	12:40~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	12:40~(60) LesMILLS BODYPUMP	12:30~(30) CORE	13:20~(30) LesMILLS BODYATTACK	12:10~(60) LesMILLS BODYPUMP
13:00	13:30~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	13:20~(60) LesMILLS BODYATTACK	14:00~(30) GRIT	14:00~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	14:10~(30) LesMILLS BODYPUMP	13:00~(30) LesMILLS BODYCOMBAT	13:20~(30) LesMILLS BODYATTACK
14:00	14:50~(45) LesMILLS SH'BAM	14:40~(30) CORE	14:50~(30) LesMILLS BODYCOMBAT	15:20~(45) LesMILLS SH'BAM	15:00~(30) LesMILLS BODYATTACK	15:00~(60) LesMILLS BODYBALANCE	14:50~(30) LesMILLS BODYCOMBAT
15:00	16:00~(45) LesMILLS BODYBALANCE	15:30~(45) LesMILLS SH'BAM	15:40~(60) LesMILLS BODYATTACK	16:20~(30) LesMILLS BODYCOMBAT	15:50~(30) LesMILLS CORE	15:40~(45) LesMILLS BODYBALANCE	15:40~(45) LesMILLS BODYBALANCE
16:00	17:10~(30) LesMILLS BODYPUMP	16:40~(60) LesMILLS BODYPUMP	17:00~(30) CORE	17:20~(30) LesMILLS GRIT	16:40~(30) LesMILLS GRIT	16:20~(60) LesMILLS BODYPUMP	16:50~(30) LesMILLS BODYCOMBAT
17:00	18:00~(60) LesMILLS BODYATTACK	18:00~(30) LesMILLS BODYATTACK	17:50~(45) LesMILLS SH'BAM	18:10~(30) LesMILLS BODYATTACK	17:30~(60) LesMILLS BODYATTACK	17:40~(30) LesMILLS BODYCOMBAT	17:40~(60) LesMILLS BODYPUMP
18:00	19:20~(45) LesMILLS SH'BAM	18:50~(30) CORE	19:00~(60) LesMILLS BODYBALANCE	19:00~(45) LesMILLS SH'BAM	18:50~(30) LesMILLS CORE	18:30~(45) LesMILLS SH'BAM	19:00~(45) LesMILLS SH'BAM
19:00	20:30~(60) LesMILLS BODYPUMP	19:40~(60) LesMILLS BODYPUMP	20:10~(60) LesMILLS BODYPUMP	20:10~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	19:40~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	19:40~(30) LesMILLS CORE	20:10~(60) LesMILLS BODYATTACK
20:00	21:50~(45) LesMILLS SH'BAM	21:00~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	21:30~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	21:30~(60) LesMILLS BODYPUMP	21:00~(60) LesMILLS BODYPUMP	21:50~(45) LesMILLS SH'BAM	21:40~(45) LesMILLS SH'BAM
21:00	23:00~(60) LesMILLS BODYBALANCE	23:00~(60) LesMILLS BODYCOMBAT	23:10~(60) LesMILLS BODYPUMP	23:00~(60) LesMILLS BODYATTACK	23:00~(60) LesMILLS BODYBALANCE	23:00~(60) LesMILLS BODYATTACK	23:00~(60) LesMILLS BODYPUMP

FIT365マナー

- ・スタジオレッスン開始10分前からスタジオへご入室ください。また、場所取りはご遠慮ください。
- ・途中からのレッスン参加は、ケガや事故に繋がりますのでご遠慮ください。
- ・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。
- ・空腹時、体調が優れない時は、レッスンの参加を控えましょう。

・開始時刻の0は、レッスン受講時間です。