LesMills VIRTUAL VRスタジオ レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日	
7:00	7：00~7：45 ボディアタック 【リリース：ランダム】	7：00~7：45 ダンス 【リリース：ランダム】	7：00~7：45 ボディバランス 【リリース：ランダム】	7：00~7：30 ボディアタック 【リリース：ランダム】	7：00~7：30 ダンス 【リリース：最新】	7：00~7：45 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	7：00~7：45 ダンス 【リリース：最新】	7:00
7:30								7:30
8:00	8：00~9：00 ボディバランス 【リリース：ランダム】	8：00~8：45 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	8：00~8：30 ボディアタック 【リリース：ランダム】	7：45~8：30 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	7：45~8：45 ボディバランス 【リリース：ランダム】	8：00~8：45 ダンス 【リリース：最新】	8：00~8：45 ボディコンバット 【リリース：ランダム	8:00
8:30								8:30
9:00	9：15~10：00 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	9：00~9：45 ボディアタック 【リリース：ランダム】	8：45~9：30 ダンス 【リリース：最新】	8：45~9：45 ボディバランス 【リリース：ランダム】	9：00~9：45 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	9：00~9：45 ボディアタック 【リリース：ランダム】	9：00~10：00 ボディバランス 【リリース：ランダム】	9:00
9:30								9:30
10:00	10：15~11：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】	10：00~11：00 ボディバランス 【リリース：ランダム】	9：45~10：45 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	10：00~10：45 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	10：00~10：45 ボディアタック 【リリース：ランダム】	10：00~10：45 ボディバランス 【リリース：ランダム】	10：15~11：15 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	10:00
10:30								10:30
11:00	11：15~12：15 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	11：15~11：45 ダンス 【リリース：最新】	11：00~11：45 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	11：00~12：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】	11：00~12：00 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	11：00~12：00 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	11：30~12：30 ボディアタック 【リリース：ランダム】	11:00
11:30								11:30
12:00	12：30~13：15 ダンス 【リリース：最新】	12：00~12：45 ボディアタック 【リリース：ランダム】	12：00~13：00 ボディバランス 【リリース：ランダム】	12：15~13：00 ダンス 【リリース：最新】	12：15~13：15 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	12：15~13：15 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	12：45~13：30 ボディバランス 【リリース：ランダム】	12:00
12:30								12:30
13:00	13：30~14：15 ボディバランス 【リリース：ランダム】	13：00~13：45 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	13：15~14：00 ダンス 【リリース：ランダム】	13：15~14：00 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	13：30~14：30 ボディバランス 【リリース：ランダム】	13：30~14：30 ボディアタック 【リリース：ランダム】	13：45~14：30 ダンス 【リリース：ランダム】	13:00
13:30								13:30
14:00	14：30~15：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】	14：00~14：45 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	14：15~15：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】	14：15~15：15 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	14：45~15：30 ダンス 【リリース：最新】	14：45~15：45 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	14：45~15：45 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	14:00
14:30								14:30
15:00	15：15~16：00 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	15：00~16：00 ボディバランス 【リリース：ランダム】	15：15~16：15 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	15；30~16：15 ボディアタック 【リリース：ランダム】	15：45~16：30 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	16：00~16：45 ボディバランス 【リリース：ランダム】	16：00~17：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】	15:00
15:30								15:30
16:00	16：15~17：00 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	16：15~17：00 ダンス 【リリース：最新】	16：30~17：30 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	16：30~17：30 ボディバランス 【最新：ランダム】	16：45~17：45 ボディアタック 【リリース：ランダム】	17：00~17：45 ダンス 【リリース：最新】	17：15~18：00 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	16:00
16:30								16:30
17:00	17：15~18：00 ダンス 【リリース：最新】	17：15~18：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】	17：45~18：45 ボディバランス 【リリース：ランダム】	17：45~18：30 ダンス 【リリース：ランダム】	18：00~19：00 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	18：00~18：45 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	18：15~19：00 ボディバランス 【リリース：ランダム】	17:00
17:30								17:30
18:00	18：15~19：15 ボディバランス 【リリース：ランダム】	18：15~19：00 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	19：00~19：45 ボディアタック 【リリース：ランダム】	18：45~19：30 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	19：15~20：15 ボディバランス 【リリース：ランダム】	19：00~20：00 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	19：15~20：00 ダンス 【リリース：ランダム】	18:00
18:30								18:30
19:00	19：30~20：30 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	19：15~20：00 ボディバランス 【リリース：ランダム】	20：00~21：00 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	19：45~20：45 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	20：30~21：30 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	20：15~21：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】	20：15~21：15 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	19:00
19:30								19:30
20:00	20：45~21：45 ボディアタック 【リリース：ランダム】	20：15~21：00 ダンス 【リリース：最新】	21：15~22：00 ダンス 【リリース：ランダム】	21：00~21：45 ボディバランス 【リリース：ランダム】	21：45~22：45 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	21：15~22：00 ダンス 【リリース：ランダム】	21：30~22：30 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	20:00
20:30								20:30
21:00	22：00~22：45 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	21：15~22：00 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	22：15~23：00 ボディパンプ 【リリース：ランダム】	22：00~23：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】	23：00~24：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】	22：15~23：00 ボディバランス 【リリース：ランダム】	22：45~23：45 ボディアタック 【リリース：ランダム】	21:00
21:30								21:30
22:00	23：00~23：45 ダンス 【リリース：ランダム】	22：15~23：00 ボディアタック 【リリース：ランダム】				23：15~24：00 ボディコンバット 【リリース：ランダム】		22:00
22:30								22:30
23:00		23：15~24：00 ボディコンバット 【リリース：ランダム】	23：15~24：00 ボディバランス 【リリース：ランダム】	23：15~24：00 ダンス 【リリース：最新】				23:00
23:30								23:30
0:00								0:00