



# PROGRAM SCHEDULES

# F フィットネスジム FIT365 スタジオプログラム5月

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
	9:15~(45) CORE #No.51	9:15~(60) ポテイバランス #No.96	9:15~(60) ポテイコンバット #No.95	9:15~(60) ポテイパンフ #No.127	9:15~(45) シバム #No.50	9:15~(60) ポテイパンフ #No.125	9:15~(45) ポテイアタック #No.116
10:00							
	10:15~(60) ポテイパンフ #No.126	10:30~(45) ポテイアタック #No.121	10:30~(60) ポテイパンフ #No.125	10:30~(60) ポテイアタック #No.117	10:15~(60) ポテイバランス #No.96	10:30~(60) ポテイコンバット #No.95	10:15~(45) ポテイコンバット #No.90
11:00							
	11:30~(45) シバム #No.48	11:30~(60) ポテイパンフ #No.122	11:45~(45) シバム #No.51	11:45~(60) ポテイバランス #No.99	11:30~(60) ポテイパンフ #No.122	11:45~(60) ポテイアタック #No.120	11:15~(45) ポテイパンフ #No.127
12:00							
	12:30~(60) ポテイアタック #No.117	12:45~(60) ポテイバランス #No.101	12:45~(45) ポテイアタック #No.120	13:00~(45) シバム #No.48	12:45~(60) ポテイコンバット #No.97	13:00~(45) シバム #No.52	12:15~(45) CORE #No.47
13:00							
	13:45~(45) ポテイコンバット #No.92	14:00~(60) ポテイアタック #No.122	13:45~(45) CORE #No.47	14:00~(60) ポテイコンバット #No.92	14:00~(45) CORE #No.51	14:00~(60) ポテイパンフ #No.126	13:15~(45) ポテイバランス #No.101
14:00							
	14:45~(45) ポテイバランス #No.97	15:15~(60) ポテイコンバット #No.97	14:45~(45) ポテイパンフ #No.126	15:15~(45) ポテイバランス #No.97	15:00~(45) シバム #No.47	15:15~(60) ポテイアタック #No.119	14:15~(45) ポテイアタック #No.118
15:00							
	15:45~(45) シバム #No.47	16:30~(45) シバム #No.52	15:45~(45) ポテイバランス #No.102	16:15~(60) ポテイコンバット #No.91	16:00~(60) ポテイアタック #No.122	16:30~(45) シバム #No.51	15:15~(45) シバム #No.50
16:00							
	16:45~(60) ポテイアタック #No.116	17:30~(60) ポテイパンフ #No.124	16:45~(60) ポテイアタック #No.119	17:15~(45) CORE #No.49	17:15~(60) ポテイコンバット #No.96	17:30~(45) CORE #No.52	16:15~(45) CORE #No.48
17:00							
	18:00~(45) CORE #No.52	18:45~(60) ポテイコンバット #No.96	18:00~(45) シバム #No.50	18:30~(60) ポテイアタック #No.116	18:30~(45) ポテイパンフ #No.124	18:30~(60) ポテイコンバット #No.94	17:15(45) ポテイバランス #No.100
18:00							
	19:00~(60) ポテイパンフ #No.121	20:00~(45) シバム #No.49	19:00~(45) ポテイバランス #No.100	19:45~(60) ポテイパンフ #No.121	19:30~(60) ポテイアタック #No.121	19:45~(45) ポテイバランス #No.102	18:15~(45) ポテイパンフ #No.121
19:00							
	20:15~(60) ポテイコンバット #No.91	21:00~(45) CORE #No.46	20:00~(60) ポテイコンバット #No.94		20:45~(45) ポテイバランス #No.99	20:45~(45) CORE #No.46	19:15~(45) ポテイコンバット #No.96
20:00							
							20:15~(30) シバム #No.49
21:00							

※#No.ランダムにつきましては下記ナンバーからランダムでレッスンを行わせていただきます。  
 ポテイバランス…96, 97, 98, 99, 100, 101, 102    ポテイコンバット…91, 92, 93, 94, 95, 96, 97    ポテイパンフ…121, 122, 123, 124, 125, 126, 127  
 CORE…46, 47, 48, 49, 50, 51, 52    シバム…47, 48, 49, 50, 51, 52    ポテイアタック…116, 117, 118, 119, 120, 121, 122



	月	火	水	木	金	土	日
9:00	9:15~(45) THE TRIP       -スNo.20	9:15~(50) RPM       -スNo.98	9:15~(45) THE TRIP       -スNo.28	9:15~(30) SPRINT       -スNo.27	9:15~(50) RPM       -スNo.97	9:15~(30) SPRINT       -スNo.32	9:15~(50) RPM       -スNo.94
10:00	10:15~(30) SPRINT       -スNo.27	10:30~(45) THE TRIP       -スNo.32	10:15~(30) SPRINT       -スNo.33	10:00~(50) RPM       -スNo.94	10:30~(45) THE TRIP       -スNo.35	10:00~(50) RPM       -スNo.97	10:30~(45) THE TRIP       -スNo.27
11:00	11:00~(50) RPM       -スNo.94	11:30~(30) SPRINT       -スNo.31	11:00~(50) RPM       -スNo.98	11:15~(45) THE TRIP       -スNo.23	11:30~(30) SPRINT       -スNo.27	11:15~(45) THE TRIP       -スNo.31	11:30~(30) SPRINT       -スNo.27
12:00	12:15~(45) THE TRIP       -スNo.19	12:15~(50) RPM       -スNo.97	12:15~(45) THE TRIP       -スNo.27	12:15~(30) SPRINT       -スNo.33	12:15~(50) RPM       -スNo.94	12:15~(30) SPRINT       -スNo.30	12:15~(50) RPM       -スNo.99
13:00	13:15~(30) SPRINT       -スNo.28	13:30~(45) THE TRIP       -スNo.31	13:15~(30) SPRINT       -スNo.31	13:00~(50) RPM       -スNo.100	13:30~(45) THE TRIP       -スNo.34	13:00~(50) RPM       -スNo.98	13:30~(45) THE TRIP       -スNo.26
14:00	14:00~(50) RPM       -スNo.95	14:30~(30) SPRINT       -スNo.30	14:00~(50) RPM       -スNo.99	14:15~(45) THE TRIP       -スNo.20	14:30~(30) SPRINT       -スNo.33	14:15~(45) THE TRIP       -スNo.30	14:30~(30) SPRINT       -スNo.31
15:00	15:15~(45) THE TRIP       -スNo.35	15:15~(50) RPM       -スNo.94	15:15~(45) THE TRIP       -スNo.26	15:15~(30) SPRINT       -スNo.32	15:15~(50) RPM       -スNo.95	15:15~(30) SPRINT       -スNo.31	15:15~(50) RPM       -スNo.96
16:00	16:15~(30) SPRINT       -スNo.33	16:30~(45) THE TRIP       -スNo.29	16:15~(30) SPRINT       -スNo.30	16:00~(50) RPM       -スNo.99	16:30~(45) THE TRIP       -スNo.33	16:00~(50) RPM       -スNo.94	16:30~(45) THE TRIP       -スNo.25
17:00	17:00~(50) RPM       -スNo.100	17:30~(30) SPRINT       -スNo.27	17:00~(50) RPM       -スNo.97	17:15~(45) THE TRIP       -スNo.22	17:30~(30) SPRINT       -スNo.28	17:15~(45) THE TRIP       -スNo.29	17:30~(30) SPRINT       -スNo.33
18:00	18:15~(45) THE TRIP       -スNo.34	18:15~(50) RPM       -スNo.96	18:15~(45) THE TRIP       -スNo.25	18:15~(30) SPRINT       -スNo.30	18:15~(50) RPM       -スNo.100	18:15~(30) SPRINT       -スNo.27	18:15~(50) RPM       -スNo.97
19:00	19:15~(30) SPRINT       -スNo.32	19:30~(45) THE TRIP       -スNo.30	19:15~(30) SPRINT       -スNo.27	19:00~(50) RPM       -スNo.98	19:30~(45) THE TRIP       -スNo.32	19:00~(50) RPM       -スNo.100	19:30~(45) THE TRIP       -スNo.24
20:00	20:00~(50) RPM       -スNo.99	20:30~(30) SPRINT       -スNo.29	20:00~(50) RPM       -スNo.94	20:15~(45) THE TRIP       -スNo.19	20:30~(30) SPRINT       -スNo.29	20:15~(45) THE TRIP       -スNo.28	20:30~(30) SPRINT       -スNo.30
21:00	21:15~(45) THE TRIP       -スNo.33	21:15~(30) RPM       -スNo.100	21:15~(45) THE TRIP       -スNo.24	21:15~(30) SPRINT       -スNo.31	21:15~(30) RPM       -スNo.99	21:15~(30) SPRINT       -スNo.33	21:15~(30) RPM       -スNo.94

※| | | -スNo.ランダムにつきましては下記ナンバーからランダムでレッスンを行わせていただきます。

THE TRIP...19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35    RPM...94, 95, 96, 97, 98, 99, 100  
SPRINT...27, 28, 29, 30, 31, 32, 33