



PROGRAM SCHEDULES

F フィットネスジム FIT365 スタジオプログラム8月

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
	9:15~(45) CORE #No.47	9:15~(60) ポテイバランス #No.99	9:15~(60) ポテイコンバット #No.98	9:15~(60) ポテイパンフ #No.124	9:15~(45) シバム #No.48	9:15~(60) ポテイパンフ #No.128	9:15~(45) ポテイアタック #No.119
10:00							
					10:15~(60) ポテイバランス #No.99		10:15~(45) ポテイコンバット #No.94
11:00	10:15~(60) ポテイパンフ #No.122	10:30~(45) ポテイアタック #No.117	10:30~(60) ポテイパンフ #No.128	10:30~(60) ポテイアタック #No.120		10:30~(60) ポテイコンバット #No.98	
							11:15~(45) ポテイパンフ #No.124
12:00	11:30~(45) シバム #No.51	11:30~(60) ポテイパンフ #No.125	11:45~(45) シバム #No.50	11:45~(60) ポテイバランス #No.102	11:30~(60) ポテイパンフ #No.125	11:45~(60) ポテイアタック #No.123	12:15~(45) CORE #No.50
13:00	12:30~(60) ポテイアタック #No.120	12:45~(60) ポテイバランス #No.97	12:45~(45) ポテイアタック #No.123	13:00~(45) シバム #No.51	12:45~(60) ポテイコンバット #No.94	13:00~(45) シバム #No.51	13:15~(45) ポテイバランス #No.97
14:00	13:45~(45) ポテイコンバット #No.95	14:00~(60) ポテイアタック #No.119	13:45~(45) CORE #No.50	14:00~(60) ポテイコンバット #No.95	14:00~(45) CORE #No.47	14:00~(60) ポテイパンフ #No.122	14:15~(45) ポテイアタック #No.121
15:00	14:45~(45) ポテイバランス #No.100		14:45~(45) ポテイパンフ #No.122		15:00~(45) シバム #No.50		15:15~(45) シバム #No.48
		15:15~(60) ポテイコンバット #No.94		15:15~(45) ポテイバランス #No.100		15:15~(60) ポテイアタック #No.122	
16:00	15:45~(45) シバム #No.50		15:45~(45) ポテイバランス #No.99				
17:00	16:45~(60) ポテイアタック #No.119	16:30~(45) シバム #No.50	16:45~(60) ポテイアタック #No.122	16:15~(60) ポテイコンバット #No.94	16:00~(60) ポテイアタック #No.119	16:30~(45) シバム #No.52	16:15~(45) CORE #No.51
18:00	18:00~(45) CORE #No.49	17:30~(60) ポテイパンフ #No.127	18:00~(45) シバム #No.48	17:15~(45) CORE #No.52	17:15~(60) ポテイコンバット #No.92	17:30~(45) CORE #No.49	17:15(45) ポテイバランス #No.103
19:00	19:00~(60) ポテイパンフ #No.124	18:45~(60) ポテイコンバット #No.92	19:00~(45) ポテイバランス #No.103	18:30~(60) ポテイアタック #No.119	18:30~(45) ポテイパンフ #No.127	18:30~(60) ポテイコンバット #No.97	18:15~(45) ポテイパンフ #No.126
20:00		20:00~(45) シバム #No.52	20:00~(60) ポテイコンバット #No.97	19:45~(60) ポテイパンフ #No.126	19:30~(60) ポテイアタック #No.117	19:45~(45) ポテイバランス #No.99	19:15~(45) ポテイコンバット #No.92
	20:15~(60) ポテイコンバット #No.94						20:15~(30) シバム #No.49
21:00		21:00~(45) CORE #No.51			20:45~(45) ポテイバランス #No.102	20:45~(45) CORE #No.52	

※#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…97, 98, 99, 100, 101, 102, 103 ポテイコンバット…92, 93, 94, 95, 96, 97, 98 ポテイパンフ…122, 123, 124, 125, 126, 127, 128
 CORE…47, 48, 49, 50, 51, 52, 53 シバム…48, 49, 50, 51, 52 ポテイアタック…117, 118, 119, 120, 121, 122, 123



	月	火	水	木	金	土	日
9:00	9:15~(45) THE TRIP -スNo.23	9:15~(50) RPM -スNo.101	9:15~(45) THE TRIP -スNo.31	9:15~(30) SPRINT -スNo.30	9:15~(50) RPM -スNo.100	9:15~(30) SPRINT -スNo.28	9:15~(50) RPM -スNo.97
10:00	10:15~(30) SPRINT -スNo.30	10:30~(45) THE TRIP -スNo.35	10:15~(30) SPRINT -スNo.30	10:00~(50) RPM -スNo.97	10:30~(45) THE TRIP -スNo.22	10:00~(50) RPM -スNo.99	10:30~(45) THE TRIP -スNo.30
11:00	11:00~(50) RPM -スNo.97	11:30~(30) SPRINT -スNo.34	11:00~(50) RPM -スNo.101	11:15~(45) THE TRIP -スNo.26	11:30~(30) SPRINT -スNo.30	11:15~(45) THE TRIP -スNo.34	11:30~(30) SPRINT -スNo.30
12:00	12:15~(45) THE TRIP -スNo.22	12:15~(50) RPM -スNo.100	12:15~(45) THE TRIP -スNo.30	12:15~(30) SPRINT -スNo.31	12:15~(50) RPM -スNo.97	12:15~(30) SPRINT -スNo.33	12:15~(50) RPM -スNo.95
13:00	13:15~(30) SPRINT -スNo.31	13:30~(45) THE TRIP -スNo.34	13:15~(30) SPRINT -スNo.34	13:00~(50) RPM -スNo.98	13:30~(45) THE TRIP -スNo.20	13:00~(50) RPM -スNo.101	13:30~(45) THE TRIP -スNo.32
14:00	14:00~(50) RPM -スNo.98	14:30~(30) SPRINT -スNo.33	14:00~(50) RPM -スNo.95	14:15~(45) THE TRIP -スNo.23	14:30~(30) SPRINT -スNo.32	14:15~(45) THE TRIP -スNo.33	14:30~(30) SPRINT -スNo.31
15:00	15:15~(45) THE TRIP -スNo.27	15:15~(50) RPM -スNo.97	15:15~(45) THE TRIP -スNo.32	15:15~(30) SPRINT -スNo.28	15:15~(50) RPM -スNo.98	15:15~(30) SPRINT -スNo.34	15:15~(50) RPM -スNo.99
16:00	16:15~(30) SPRINT -スNo.32	16:30~(45) THE TRIP -スNo.32	16:15~(30) SPRINT -スNo.33	16:00~(50) RPM -スNo.99	16:30~(45) THE TRIP -スNo.36	16:00~(50) RPM -スNo.97	16:30~(45) THE TRIP -スNo.29
17:00	17:00~(50) RPM -スNo.99	17:30~(30) SPRINT -スNo.30	17:00~(50) RPM -スNo.100	17:15~(45) THE TRIP -スNo.25	17:30~(30) SPRINT -スNo.31	17:15~(45) THE TRIP -スNo.32	17:30~(30) SPRINT -スNo.32
18:00	18:15~(45) THE TRIP -スNo.20	18:15~(50) RPM -スNo.99	18:15~(45) THE TRIP -スNo.29	18:15~(30) SPRINT -スNo.33	18:15~(50) RPM -スNo.99	18:15~(30) SPRINT -スNo.30	18:15~(50) RPM -スNo.100
19:00	19:15~(30) SPRINT -スNo.28	19:30~(45) THE TRIP -スNo.33	19:15~(30) SPRINT -スNo.30	19:00~(50) RPM -スNo.101	19:30~(45) THE TRIP -スNo.35	19:00~(50) RPM -スNo.98	19:30~(45) THE TRIP -スNo.27
20:00	20:00~(50) RPM -スNo.95	20:30~(30) SPRINT -スNo.32	20:00~(50) RPM -スNo.97	20:15~(45) THE TRIP -スNo.22	20:30~(30) SPRINT -スNo.33	20:15~(45) THE TRIP -スNo.31	20:30~(30) SPRINT -スNo.33
21:00	21:15~(45) THE TRIP -スNo.36	21:15~(30) RPM -スNo.98	21:15~(45) THE TRIP -スNo.27	21:15~(30) SPRINT -スNo.34	21:15~(30) RPM -スNo.95	21:15~(30) SPRINT -スNo.31	21:15~(30) RPM -スNo.98

※| | | -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...20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36 RPM...95, 96, 97, 98, 99, 100, 101
 SPRINT...28, 29, 30, 31, 32, 33, 34