



PROGRAM SCHEDULES



フィットネスジム FIT365 スタジオプログラム10月

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
	9:15~(45) CORE No.49	9:15~(60) ポテイバランス No.101	9:15~(60) ポテイコンバット No.93	9:15~(60) ポテイパンフ No.126	9:15~(45) シバム No.50	9:15~(60) ポテイパンフ No.123	9:15~(45) ポテイアタック No.121
10:00							
	10:15~(60) ポテイパンフ No.124	10:30~(45) ポテイアタック No.119	10:30~(60) ポテイパンフ No.123	10:30~(60) ポテイアタック No.122	10:15~(60) ポテイバランス No.101	10:30~(60) ポテイコンバット No.93	10:15~(45) ポテイコンバット No.96
11:00							
	11:30~(45) シバム No.49	11:30~(60) ポテイパンフ No.127	11:45~(45) シバム No.52	11:45~(60) ポテイバランス No.104	11:30~(60) ポテイパンフ No.127	11:45~(60) ポテイアタック No.118	11:15~(45) ポテイパンフ No.126
12:00							
	12:30~(60) ポテイアタック No.122	12:45~(60) ポテイバランス No.99	12:45~(45) ポテイアタック No.118	13:00~(45) シバム No.49	12:45~(60) ポテイコンバット No.96	13:00~(45) シバム No.49	12:15~(45) CORE No.52
13:00							
	13:45~(45) ポテイコンバット No.97	14:00~(60) ポテイアタック No.121	13:45~(45) CORE No.52	14:00~(60) ポテイコンバット No.97	14:00~(45) CORE No.49	14:00~(60) ポテイパンフ No.124	13:15~(45) ポテイバランス No.99
14:00							
	14:45~(45) ポテイバランス No.102	15:15~(60) ポテイコンバット No.96	14:45~(45) ポテイパンフ No.124	15:15~(45) ポテイバランス No.102	15:00~(45) シバム No.52	15:15~(60) ポテイアタック No.124	14:15~(45) ポテイアタック No.123
15:00							
	15:45~(45) シバム No.52	16:30~(45) シバム No.52	15:45~(45) ポテイバランス No.101	16:15~(60) ポテイコンバット No.96	16:00~(60) ポテイアタック No.121	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.121	17:30~(60) ポテイパンフ No.129	16:45~(60) ポテイアタック No.124	17:15~(45) CORE No.54	17:15~(60) ポテイコンバット No.94	17:30~(45) CORE No.51	16:15~(45) CORE No.53
17:00							
	18:00~(45) CORE No.51	18:45~(60) ポテイコンバット No.94	18:00~(45) シバム No.50	18:30~(60) ポテイアタック No.121	18:30~(45) ポテイパンフ No.129	18:30~(60) ポテイコンバット No.99	17:15(45) ポテイバランス No.98
18:00							
	19:00~(60) ポテイパンフ No.126	20:00~(45) シバム No.49	19:00~(45) ポテイバランス No.98	19:45~(60) ポテイパンフ No.128	19:30~(60) ポテイアタック No.119	19:45~(45) ポテイバランス No.101	18:15~(45) ポテイパンフ No.128
19:00							
	20:15~(60) ポテイコンバット No.96	21:00~(45) CORE No.53	20:00~(60) ポテイコンバット No.99		20:45~(45) ポテイバランス No.104	20:45~(45) CORE No.54	19:15~(45) ポテイコンバット No.94
20:00							
							20:15~(30) シバム No.51
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…98, 99, 100, 101, 102, 103, 104 ポテイコンバット…93, 94, 95, 96, 97, 98, 99 ポテイパンフ…123, 124, 125, 126, 127, 128, 129
 CORE…48, 49, 50, 51, 52, 53, 54 シバム…49, 50, 51, 52 ポテイアタック…118, 119, 120, 121, 122, 123, 124



	月	火	水	木	金	土	日
9:00	9:15~(45) THE TRIP -スNo.25	9:15~(50) RPM -スNo.96	9:15~(45) THE TRIP -スNo.33	9:15~(30) SPRINT -スNo.32	9:15~(50) RPM -スNo.102	9:15~(30) SPRINT -スNo.30	9:15~(50) RPM -スNo.99
10:00	10:15~(30) SPRINT -スNo.32	10:30~(45) THE TRIP -スNo.37	10:15~(30) SPRINT -スNo.32	10:00~(50) RPM -スNo.99	10:30~(45) THE TRIP -スNo.24	10:00~(50) RPM -スNo.101	10:30~(45) THE TRIP -スNo.32
11:00	11:00~(50) RPM -スNo.99	11:30~(30) SPRINT -スNo.29	11:00~(50) RPM -スNo.96	11:15~(45) THE TRIP -スNo.28	11:30~(30) SPRINT -スNo.32	11:15~(45) THE TRIP -スNo.36	11:30~(30) SPRINT -スNo.32
12:00	12:15~(45) THE TRIP -スNo.24	12:15~(50) RPM -スNo.102	12:15~(45) THE TRIP -スNo.32	12:15~(30) SPRINT -スNo.33	12:15~(50) RPM -スNo.99	12:15~(30) SPRINT -スNo.35	12:15~(50) RPM -スNo.97
13:00	13:15~(30) SPRINT -スNo.33	13:30~(45) THE TRIP -スNo.36	13:15~(30) SPRINT -スNo.29	13:00~(50) RPM -スNo.100	13:30~(45) THE TRIP -スNo.22	13:00~(50) RPM -スNo.96	13:30~(45) THE TRIP -スNo.34
14:00	14:00~(50) RPM -スNo.100	14:30~(30) SPRINT -スNo.35	14:00~(50) RPM -スNo.97	14:15~(45) THE TRIP -スNo.25	14:30~(30) SPRINT -スNo.34	14:15~(45) THE TRIP -スNo.35	14:30~(30) SPRINT -スNo.33
15:00	15:15~(45) THE TRIP -スNo.29	15:15~(50) RPM -スNo.99	15:15~(45) THE TRIP -スNo.34	15:15~(30) SPRINT -スNo.30	15:15~(50) RPM -スNo.100	15:15~(30) SPRINT -スNo.29	15:15~(50) RPM -スNo.101
16:00	16:15~(30) SPRINT -スNo.34	16:30~(45) THE TRIP -スNo.34	16:15~(30) SPRINT -スNo.35	16:00~(50) RPM -スNo.101	16:30~(45) THE TRIP -スNo.22	16:00~(50) RPM -スNo.99	16:30~(45) THE TRIP -スNo.31
17:00	17:00~(50) RPM -スNo.101	17:30~(30) SPRINT -スNo.32	17:00~(50) RPM -スNo.102	17:15~(45) THE TRIP -スNo.27	17:30~(30) SPRINT -スNo.33	17:15~(45) THE TRIP -スNo.34	17:30~(30) SPRINT -スNo.34
18:00	18:15~(45) THE TRIP -スNo.22	18:15~(50) RPM -スNo.101	18:15~(45) THE TRIP -スNo.31	18:15~(30) SPRINT -スNo.35	18:15~(50) RPM -スNo.101	18:15~(30) SPRINT -スNo.32	18:15~(50) RPM -スNo.102
19:00	19:15~(30) SPRINT -スNo.30	19:30~(45) THE TRIP -スNo.35	19:15~(30) SPRINT -スNo.32	19:00~(50) RPM -スNo.96	19:30~(45) THE TRIP -スNo.37	19:00~(50) RPM -スNo.100	19:30~(45) THE TRIP -スNo.29
20:00	20:00~(50) RPM -スNo.97	20:30~(30) SPRINT -スNo.34	20:00~(50) RPM -スNo.99	20:15~(45) THE TRIP -スNo.24	20:30~(30) SPRINT -スNo.35	20:15~(45) THE TRIP -スNo.33	20:30~(30) SPRINT -スNo.35
21:00	21:15~(45) THE TRIP -スNo.22	21:15~(30) RPM -スNo.100	21:15~(45) THE TRIP -スNo.29	21:15~(30) SPRINT -スNo.29	21:15~(30) RPM -スNo.97	21:15~(30) SPRINT -スNo.33	21:15~(30) RPM -スNo.100

※| | | -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...21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37 RPM...96, 97, 98, 99, 100, 101, 102
 SPRINT...29, 30, 31, 32, 33, 34, 35