



FIT365 志木

VRスタジオプログラム スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
8:00	8:00-9:00 LES MILLS BODYPUMP	8:00-8:45 LES MILLS BODYCOMBAT	8:00-9:00 LES MILLS BODYCOMBAT	8:00-8:45 LES MILLS BODYBALANCE	8:00-8:45 LES MILLS BODYPUMP	8:00-8:45 LES MILLS CORE	8:00-8:45 LES MILLS DANCE
9:00	9:15-10:15 LES MILLS BODYCOMBAT	9:00-9:30 LES MILLS CORE	9:15-9:45 LES MILLS CORE	9:00-9:45 LES MILLS BODYCOMBAT	9:00-9:45 LES MILLS BODYCOMBAT	9:00-9:45 LES MILLS BODYPUMP	9:00-9:30 LES MILLS CORE
10:00	10:30-11:15 LES MILLS DANCE	9:45-10:45 LES MILLS BODYPUMP	9:00-9:45 LES MILLS BODYBALANCE	10:00-10:45 LES MILLS BODYPUMP	10:00-10:45 LES MILLS CORE	10:00-10:45 LES MILLS BODYBALANCE	9:45-10:30 LES MILLS BODYCOMBAT
11:00	11:30-12:15 LES MILLS CORE	11:00-11:30 LES MILLS DANCE	11:00-11:30 LES MILLS CORE	11:00-11:30 LES MILLS CORE	11:00-12:00 LES MILLS BODYBALANCE	11:00-12:00 LES MILLS BODYCOMBAT	10:45-11:30 LES MILLS BODYPUMP
12:00	12:30-13:00 LES MILLS DANCE	11:45-12:45 LES MILLS BODYCOMBAT	11:45-12:30 LES MILLS DANCE	11:45-12:30 LES MILLS BODYATTACK	12:15-13:15 LES MILLS BODYPUMP	12:15-13:15 LES MILLS BODYATTACK	11:45-12:45 LES MILLS BODYCOMBAT
13:00	13:15-14:15 LES MILLS BODYCOMBAT	13:00-13:45 LES MILLS BODYBALANCE	13:45-14:15 LES MILLS DANCE	13:45-14:30 LES MILLS BODYPUMP	13:30-14:00 LES MILLS DANCE	13:30-14:30 LES MILLS BODYPUMP	13:00-13:30 LES MILLS CORE
14:00	14:30-15:30 LES MILLS BODYBALANCE	14:00-14:45 LES MILLS BODYATTACK	14:30-15:30 LES MILLS BODYBALANCE	14:45-15:15 LES MILLS CORE	14:15-15:00 LES MILLS BODYCOMBAT	14:45-15:15 LES MILLS CORE	13:45-14:45 LES MILLS BODYBALANCE
15:00	15:45-16:15 LES MILLS CORE	15:00-15:30 LES MILLS CORE	15:45-16:30 LES MILLS BODYATTACK	15:30-16:00 LES MILLS DANCE	15:15-16:00 LES MILLS BODYATTACK	15:30-16:30 LES MILLS BODYCOMBAT	15:00-15:30 LES MILLS DANCE
16:00	16:30-17:30 LES MILLS BODYPUMP	15:45-16:45 LES MILLS BODYCOMBAT	16:45-17:45 LES MILLS BODYCOMBAT	16:15-17:15 LES MILLS BODYBALANCE	16:15-17:15 LES MILLS BODYCOMBAT	16:45-17:15 LES MILLS DANCE	15:45-16:45 LES MILLS BODYPUMP
17:00	17:45-18:30 LES MILLS BODYBALANCE	17:00-18:00 LES MILLS BODYPUMP	18:00-19:00 LES MILLS BODYPUMP	17:30-18:00 LES MILLS DANCE	17:30-18:00 LES MILLS DANCE	17:30-18:30 LES MILLS BODYBALANCE	17:00-18:00 LES MILLS BODYATTACK
18:00	18:45-19:45 LES MILLS BODYCOMBAT	18:15-19:15 LES MILLS BODYBALANCE	19:15-20:15 LES MILLS BODYCOMBAT	18:15-19:15 LES MILLS BODYCOMBAT	18:15-19:15 LES MILLS BODYBALANCE	18:45-19:30 LES MILLS BODYATTACK	18:15-19:15 LES MILLS BODYCOMBAT
19:00	20:00-20:45 LES MILLS DANCE	19:30-20:00 LES MILLS CORE	20:30-21:00 LES MILLS GRIT	19:30-20:30 LES MILLS BODYPUMP	19:30-20:00 LES MILLS CORE	19:45-20:45 LES MILLS BODYCOMBAT	19:30-20:30 LES MILLS BODYBALANCE
20:00	21:00-21:45 LES MILLS BODYPUMP	21:00-22:00 LES MILLS BODYCOMBAT	21:15-22:00 LES MILLS CORE	20:00-20:45 LES MILLS DANCE	20:15-21:15 LES MILLS BODYCOMBAT	21:00-22:00 LES MILLS BODYPUMP	20:45-21:45 LES MILLS BODYATTACK
21:00	22:00-23:00 LES MILLS BODYCOMBAT	22:15-23:00 LES MILLS DANCE	22:15-23:00 LES MILLS BODYCOMBAT	21:45-22:45 LES MILLS BODYCOMBAT	22:15-23:00 LES MILLS CORE	22:15-23:00 LES MILLS DANCE	22:00-23:00 LES MILLS BODYCOMBAT
22:00							
23:00							

	月	火	水	木	金	土	日
10:00	10:00-10:30 LES Mills RPM	10:00-10:45 LES Mills	10:00-10:30 LES Mills RPM	10:00-10:30 LES Mills sprint	10:00-10:50 LES Mills RPM	10:00-10:30 LES Mills RPM	10:00-10:45 LES Mills
30		THE TRIP					THE TRIP
11:00	10:45-11:15 LES Mills sprint	11:00-11:30 LES Mills sprint	10:45-11:30 LES Mills	10:45-11:15 LES Mills RPM	11:00-11:30 LES Mills sprint	10:45-11:15 LES Mills sprint	11:00-11:30 LES Mills sprint
30			THE TRIP				
12:00	11:30-12:20 LES Mills RPM	11:45-12:15 LES Mills RPM	11:45-12:15 LES Mills sprint	11:30-12:00 LES Mills sprint	11:45-12:30 LES Mills	11:30-12:15 LES Mills	11:45-12:15 LES Mills RPM
30				12:15-13:00 LES Mills	THE TRIP	THE TRIP	
13:00	12:30-13:00 LES Mills sprint	12:30-13:15 LES Mills	12:50-13:20 LES Mills RPM	THE TRIP	12:45-13:30 LES Mills	12:30-13:00 LES Mills RPM	12:30-13:15 LES Mills
30		THE TRIP		13:15-14:05 LES Mills RPM	THE TRIP	13:15-13:45 LES Mills sprint	THE TRIP
14:00	13:15-13:45 LES Mills RPM	13:30-14:00 LES Mills sprint	13:30-14:15 LES Mills		13:45-14:15 LES Mills sprint		13:30-14:00 LES Mills sprint
30			THE TRIP	14:15-15:00 LES Mills		14:00-14:45 LES Mills	14:15-15:05 LES Mills RPM
15:00	14:15-14:45 LES Mills	14:15-14:45 LES Mills RPM	14:30-15:20 LES Mills RPM	THE TRIP	14:30-15:00 LES Mills RPM	THE TRIP	
30	THE TRIP			15:15-15:45 LES Mills sprint	15:15-16:00 LES Mills	15:00-15:30 LES Mills RPM	15:15-16:00 LES Mills
16:00	15:00-15:30 LES Mills sprint	15:00-15:45 LES Mills			THE TRIP	15:45-16:15 LES Mills sprint	THE TRIP
30			THE TRIP	16:00-16:30 LES Mills RPM	16:15-16:45 LES Mills RPM		16:15-16:45 LES Mills sprint
17:00	16:45-17:30 LES Mills	16:45-17:15 LES Mills RPM	17:00-17:30 LES Mills sprint	16:45-17:30 LES Mills	17:00-17:30 LES Mills sprint	16:30-17:15 LES Mills	17:00-17:30 LES Mills RPM
30	THE TRIP			THE TRIP		THE TRIP	
18:00	17:45-18:15 LES Mills sprint	17:30-18:15 LES Mills	17:45-18:15 LES Mills RPM	17:45-18:15 LES Mills sprint	17:45-18:30 LES Mills	17:30-18:20 LES Mills RPM	17:45-18:30 LES Mills
30		THE TRIP			THE TRIP		THE TRIP
19:00	18:30-19:00 LES Mills RPM	18:30-19:00 LES Mills sprint	18:30-19:15 LES Mills	18:30-19:00 LES Mills RPM	18:45-19:15 LES Mills RPM	18:30-19:00 LES Mills sprint	18:45-19:15 LES Mills sprint
30			THE TRIP	19:15-19:45 LES Mills sprint		19:15-20:00 LES Mills	
20:00	19:15-20:00 LES Mills	19:15-20:05 LES Mills RPM	19:30-20:00 LES Mills sprint		19:30-20:00 LES Mills sprint	THE TRIP	19:30-20:00 LES Mills RPM
30	THE TRIP		THE TRIP	20:00-20:45 LES Mills	20:15-21:00 LES Mills	20:15-20:45 LES Mills RPM	20:15-21:00 LES Mills
21:00	20:15-20:45 LES Mills sprint	20:15-21:00 LES Mills	20:15-21:00 LES Mills	THE TRIP	THE TRIP		THE TRIP
30		21:15-21:45 LES Mills sprint	21:15-21:45 LES Mills RPM	21:00-21:30 LES Mills RPM	21:15-21:45 LES Mills RPM	21:00-21:30 LES Mills sprint	21:15-21:45 LES Mills sprint
22:00							