



FIT365

立川柏町

スタジオプログラム スケジュール



	月	火	水	木	金	土	日
10:00	10:00~(60) LES MILLS BODYBALANCE	10:00~(60) LES MILLS BODYCOMBAT	10:00~(60) LES MILLS BODYPUMP	10:00~(60) LES MILLS BODYATTACK	10:00~(60) LES MILLS BODYBALANCE	10:00~(60) LES MILLS BODYATTACK	10:00~(30) LES MILLS GRIT
11:00							10:50~(60) LES MILLS BODYBALANCE
12:00	11:20~(30) LES MILLS CORE	11:20~(30) LES MILLS GRIT	11:20~(60) LES MILLS BODYBALANCE	11:20~(60) LES MILLS BODYBALANCE	11:20~(60) LES MILLS BODYCOMBAT	11:20~(30) LES MILLS CORE	
13:00	12:10~(60) LES MILLS BODYPUMP	12:10~(45) LES MILLS SH'BAM	12:40~(60) LES MILLS BODYCOMBAT	12:40~(60) LES MILLS BODYPUMP	12:30~(30) LES MILLS CORE	12:10~(30) LES MILLS barre	12:10~(60) LES MILLS BODYPUMP
14:00	13:30~(60) LES MILLS BODYCOMBAT	13:20~(60) LES MILLS BODYATTACK	14:00~(30) LES MILLS GRIT	14:00~(60) LES MILLS BODYCOMBAT	14:10~(30) LES MILLS BODYPUMP	13:20~(30) LES MILLS barre	13:20~(30) LES MILLS BODYATTACK
15:00	14:50~(45) LES MILLS SH'BAM	14:40~(30) LES MILLS CORE	14:50~(30) LES MILLS barre	15:20~(45) LES MILLS SH'BAM	15:00~(30) LES MILLS BODYATTACK	15:00~(60) LES MILLS BODYBALANCE	14:50~(30) LES MILLS barre
16:00	16:00~(45) LES MILLS BODYBALANCE	15:30~(45) LES MILLS SH'BAM	15:40~(60) LES MILLS BODYATTACK	16:30~(30) LES MILLS barre	15:50~(30) LES MILLS CORE		15:40~(45) LES MILLS BODYBALANCE
17:00	17:10~(30) LES MILLS BODYPUMP	16:40~(60) LES MILLS BODYPUMP	17:00~(30) LES MILLS CORE	17:20~(30) LES MILLS GRIT	16:40~(30) LES MILLS GRIT	16:20~(60) LES MILLS BODYPUMP	16:50~(30) LES MILLS BODYCOMBAT
18:00	18:00~(60) LES MILLS BODYATTACK	18:00~(30) LES MILLS BODYATTACK	17:50~(45) LES MILLS SH'BAM	18:10~(30) LES MILLS BODYATTACK	17:30~(60) LES MILLS BODYATTACK	17:40~(30) LES MILLS barre	17:40~(60) LES MILLS BODYPUMP
19:00	19:20~(45) LES MILLS SH'BAM	18:50~(30) LES MILLS CORE	19:00~(60) LES MILLS BODYBALANCE	19:00~(45) LES MILLS SH'BAM	18:50~(30) LES MILLS CORE	18:30~(45) LES MILLS SH'BAM	19:00~(45) LES MILLS SH'BAM
20:00	20:30~(60) LES MILLS BODYPUMP	19:40~(60) LES MILLS BODYPUMP	20:10~(60) LES MILLS BODYPUMP	20:10~(60) LES MILLS BODYCOMBAT	19:40~(60) LES MILLS BODYCOMBAT	19:40~(30) LES MILLS CORE	20:10~(60) LES MILLS BODYATTACK
21:00	21:00~(60) LES MILLS BODYCOMBAT	21:00~(60) LES MILLS BODYCOMBAT	21:30~(30) LES MILLS GRIT	21:30~(30) LES MILLS CORE	21:00~(60) LES MILLS BODYPUMP	21:30~(30) LES MILLS GRIT	21:30~(30) LES MILLS CORE

FIT365マナー

- ・スタジオレッスン開始10分前からスタジオへご入室ください。また、場所取りはご遠慮ください。
- ・途中からのレッスン参加は、ケガや事故に繋がりますのでご遠慮ください。
- ・プログラムの内容が変更になる場合がございますので予めご了承ください。
- ・空腹時、体調が優れない時は、レッスンの参加を控えましょう。

・開始時刻の()は、レッスン受講時間です。