

LES MILLS VIRTUAL スタジオスケジュール **SUNNY FLOWS**

	月	火	水	木	金	土	日
0:00							
1:00	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*
2:00	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*
3:00	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*
4:00	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*
5:00	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*
6:00	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*
7:00	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*
8:00	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*
9:00	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*
10:00	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*
11:00	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*
12:00	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*
13:00	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*
14:00	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*
15:00	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*
16:00	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*
17:00	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*
18:00	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*
19:00	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*
20:00	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*
21:00	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*
22:00	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*
23:00	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*
24:00	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*	LES MILLS BODYATTACK 30*	LES MILLS BODYBALANCE 45*	LES MILLS BODYCOMBAT 30*	LES MILLS CORE 30*	LES MILLS SH'BAM 30*

定員：各クラス10名 予約不要

※スタジオの空いている時間はフリー利用可 TRX、ファンクショナルアイテムはフリー時間のみのご利用となります