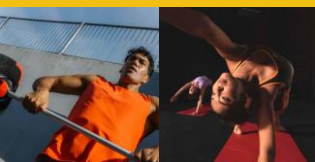


LES MILLS



ニューリリースプレミアムレッスン



2025 10 / 11 土 ・ 12 日

2025年
秋

参加無料

参加のお申し込みは必要ございません。
※通常レッスン同様、事前予約対象レッスンです。

10/11(土)

時 間	レ ッ ス ン	担 当	場 所	定 員
10:30~11:45	LES MILLS BODYBALANCE #109 ボディバランス テック&60	いしやま	第1スタジオ	50名
13:00~14:00	LES MILLS BODYATTACK #129 ボディアタック 60	こばやし	第1スタジオ	50名

10/12(日)

時 間	レ ッ ス ン	担 当	場 所	定 員
10:30~11:15	LES MILLS DANCE #09 レズミルズダンス	たたみ うえだ	第1スタジオ	50名
11:30~12:45	LES MILLS BODYPUMP #134 ボディパンプ テック&60	KEIJU しらいし	第1スタジオ	34名
13:05~14:05	LES MILLS BODYCOMBAT #104 ボディコンバット 60	小野徹平 すぎちゃん	第1スタジオ	50名
14:30~15:45	LES MILLS BODYJAM #113 ボディジャム テック&60	たたみ うえだ	第1スタジオ	50名

ご参加について

- ・ 通常レッスン同様、開始5分前に開場しお並び順でのご入場となります。
- ・ 事前予約対象レッスンです。(事前予約のルールにつきましては館内掲示物をご覧ください。)
- ・ 会員様以外の方のご参加には、別途施設利用料(1,800円(税込))が必要です。
- ・ ボディバランスを除き、ご参加の際はフィットネスシューズをご用意ください。
- ・ 各レッスン後にフォトセッションタイム(写真撮影タイム)がございます。

【お申し込み・お問い合わせ】



かほく市地域総合スポーツクラブ
ジョイアクロス

〒929-1214
石川県かほく市内高松二12番地
☎076-281-8000