

2025・8/11(MON)~8/16(SAT)★★お盆★★

ワンタイムレッスン★特別スケジュール



8/11(MON)	12(TUE)	13(WED)
<p>メガダンス 10:00~11:00 in会議室 定員:17名 富樫 由紀</p>	<p>X55 45 9:45~10:30 in会議室 定員:17名 富樫 由紀</p>	<p>LMピラティス+テック15 9:45~10:45 in体育館 定員:80名 Atsuko Shimada</p>
<p>ボディコンバット 11:30~12:30 in会議室 定員:17名 富樫 由紀</p>	<p>ボディバランス 14:30~15:30 富樫 由紀</p>	<p>ボディコンバット 11:15~12:15 in体育館 定員:80名 Atsuko Shimada</p>
<p>ボディパンプ 13:00~14:00 in会議室 定員:17名 上村 恵美</p>	<p>ボディコンバット45 19:15~20:00 in会議室 定員:17名 島田 敦子</p>	<p>ボディパンプ45 15:00~15:45 in会議室 定員:17名 富樫 由紀</p>
<p>らくらくヨガ 14:30~15:30 in会議室 定員:17名 上村 恵美</p>	<p>LMピラティス+テック15 20:30~21:15 in会議室 定員:17名 島田 敦子</p>	<p>ボディジャム 20:00~21:00 in体育館 定員:80名 Yuki Togashi</p>

8/14(THU)	15(FRI)	16(SAT)
<p>シンプリーヨガ 9:45~10:30 in会議室 定員:17名 島田 敦子</p>	<p>トレーニングルーム不可 ボディパンプ 10:30~11:30 in体育館 定員:30名 Fumiya & Yuki</p>	<p>ボディバランス 9:45~10:45 in体育館 定員:80名 Atsuko Shimada</p>
<p>メガダンス 11:00~12:00 in会議室 定員:17名 富樫 由紀</p>	<p>特別ゲスト Aki & Takahiro トレーニングルーム不可 ボディアタック 12:00~13:00 in体育館 定員:80名 Fumiya</p>	<p>ボディコンバット 11:10~12:10 in体育館 定員:80名 Atsuko Shimada</p>
<p>8/15(FRI) 体育館イベントルール ●開始30分前から整理券配布 ●15分前から入場可 ●※トレーニングルーム利用不可</p>	<p>特別ゲスト Aki & Takahiro トレーニングルーム不可 ボディコンバット 13:30~14:30 in体育館 定員:80名 Fumiya & Yuki</p>	<p>ボディパンプ 14:00~15:00 in会議室 定員:17名 上村 恵美</p>
<p>特別ゲスト Aki & Takahiro</p>	<p>特別ゲスト Aki & Takahiro</p>	<p>四季・リフレッシュヨガ 15:30~16:30 in会議室 定員:17名 上村 恵美</p>

