

<div> <div> <div>LES MILLS</div> <div>DANCE</div> </div> <div> <div>LES MILLS</div> <div>BODYPUMP</div> </div> <div> <div>LES MILLS</div> <div>BODYATTACK</div> </div> </div> <div> <div>LesMILLS</div> <div>特別タイムスケジュール</div> </div> <div> <div>LES MILLS</div> <div>BODYBALANCE</div> </div> <div> <div>LES MILLS</div> <div>BODYCOMBAT</div> </div> <div> <div>ニューリリース</div> <div>プレミアムレッスン</div> </div>			
1月10日(土)		1月11日(日)	
第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ
10:00			
↓《事前予約》12月20(土)10:30~			
10:30		10:30~11:15 新曲イベント レズミルズダンス たたみ・うえだ	←《事前予約》12月21日(日)10:30~
11:00			無料
11:30			
12:00		11:35~12:50 新曲イベント ボディジャム テック&60 たたみ・うえだ	←《事前予約》12月21日(日)11:30~
12:00~12:30 オンラインレッスン アーカイブ	12:00~12:45 大人スクール 筋膜リリースヨガ いしやま		無料
12:30			
↓《事前予約》12月20(土)13:30~			
13:00	13:00~13:45 大人スクール ピラティス いしやま	13:10~14:10 新曲イベント ボディコンバット60 KEIJU・小野徹平	←《事前予約》12月21(日)12:50~
13:30			無料
14:00			
14:20~15:05 ZUMBA たかはし		14:30~15:45 新曲イベント ボディパンプテック&60 KEIJU・しらいし	14:10~14:55 大人スクール 筋膜リリースヨガ いしやま
15:00	15:00~16:00 大人スクール 調整ヨガ やまぎし		無料
15:20~16:05 エアロビクス初中級 たかはし		↑《事前予約》12月21日(日)14:10~	
16:00			
16:30			
16:30~17:00 オンラインレッスン アーカイブ			
17:00			
17:10~17:40 オンラインレッスン アーカイブ			
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			
20:30			
21:00			
21:30			
22:00			

事前予約について
ご参加されるアイテムの
一週間前からご予約が
可能です。

※レズミルズダンスに関しては、
週替わりのレッスンが始まって
からご予約可能となります。

※年末年始休館を挟むため、
事前予約は12月20(土)から
開始となります。