

¥600

2026年8月 ワンタイムレッスン 水曜日・木曜日スケジュール

※ 2026年8月の下記時間のレッスンスケジュールです。
その他のレッスンはワンタイムレッスン・タイムスケジュール通りです。



水曜日 <WED> 20:20～21:20

8月 5日	ボディジャム
8月12日	ボディジャム
時間変更(8月12日のみ)	20:00～21:00
8月19日	ボディコンバット
8月26日	ボディジャム

➡ LESMILLS ➡



木曜日 <THU> 20:45～21:30

8月 6日	ボディコンバット
8月13日	特別プログラムの為 夜の時間のレッスンはお休みです
8月20日	ボディアタック
8月27日	ボディコンバット

スポーツプラザ梅若