

9/23 (TUE) 秋分の日

Groupexercise Timeschedule

Standard Studio		Volcano Studio		9:30	有料イベント
9:30				9:30	
10:00	9:55~10:40 LES MILLS BODYCOMBAT 横山菜摘			10:00	16:45~18:00
10:30		10:15~11:00 Volcano Yoga ビギナー45 高岩加奈子		10:30	LES MILLS BODYBALANCE
11:00	11:00~11:45 LES MILLS BODYPUMP AOGU			11:00	テック15分付き 奥山妙子×ERIKO
11:30		11:20~12:05 Volcano Yoga 骨盤調整45 高岩加奈子		11:30	¥1,320
12:00	12:05~12:50  Kana			12:00	
12:30		12:25~13:10 Wow!HIP HINAKO		12:30	
13:00	13:10~13:55 LES MILLS DANCE MISAKI			13:00	先月に続いての ジョイント！ 今後のBODY BALANCE でも使えるポイントをお伝えします！！ 知ることで、 より一段階深い楽しさを感じてみましょう。 初めての方でもお気軽にご参加ください。 一緒に楽しい時間を過ごしましょう！
13:30		13:30~14:20  ZENSEE mindfulness 禅×Yoga ～シンギングボウル～ ANNA		13:30	
14:00	14:15~15:05 協栄シェイプボクシング MIWA			14:00	
14:30		14:45~15:30 Volcano Yoga デトックス45 CHIE		14:30	
15:00	15:30 ~ 16:15 LES MILLS BODYATTACK HINAKO			15:00	【申込期間】 9月6日(土) 19:00～ 9月23日(火) 16:15まで
15:30		15:50~16:35 Volcano Yoga リンパフロー45 CHIE		15:30	【金額】 1,320円(税込) ※料金は座席に関わらず一律
16:00	¥1,320			16:00	【座席】 S席、A席、B席、C席 ※別紙参照
16:30	有料イベント 16:45~18:00 LES MILLS BODYBALANCE テック15分付き 奥山妙子×ERIKO			16:30	有料イベント予約詳細につきましては後日 公開いたします★
17:00		16:55~17:40 Volcano Yoga 骨盤調整45 FUKI		17:00	
17:30				17:30	
18:00				18:00	
18:30				18:30	
19:00				19:00	
19:30				19:30	

【法人会員様】

2/18(火)よりQR会員証でのご入館となります。スタッフ対応時間(10:00～19:00)以外のセルフタイム時間にチェックイン・アウトされるお客様は決済済みの入館QRコードをご用意ください。

【ジムの会デイトム会員様】

時間外施設料金1,650円(税込)でスタッフ対応時間内(10:00～19:00)のご利用が可能となります。