



# 7月15日(月)祝日特別プログラム 新曲アップデートデイ

	A studio	B studio
9:00		
10:00	LES MILLS <b>BODYBALANCE</b> 60 / ひらの 9:30~10:30 🔥🔥🔥	
11:00	LES MILLS <b>BODYATTACK</b> 60 / むらた 10:50~11:50 🔥🔥🔥	LES MILLS <b>VIRTUAL RPM</b> 30 11:00~11:30 🔥🔥🔥
12:00	<b>UBOUND</b> 60 / すぎさわ 12:10~13:10 🔥🔥🔥	
13:00		
14:00	LES MILLS <b>BODYCOMBAT</b> 60 / ぬかり 13:30~14:30 🔥🔥🔥	LES MILLS <b>VIRTUAL sprint</b> 30 14:00~14:30 🔥🔥🔥
15:00	LES MILLS <b>BODYSTEP</b> 60 / むらた 14:50~15:50 🔥🔥🔥	女性のための <b>フリーウェイト教室</b> 15:00~15:40
16:00		

17:00

営業時間は9:00~17:00です