2020/07/01- 07/31 time table

MON

STUDIO 1	6階STUDIO 2	8階Virtual	BIKE
TONE 12:15-13:00 YUKKY		V:BODYBALANCE 12:15-13:00 Virtual	
SHBAM 13:20-14:05 YUSHI			V: RPM 13:15-14:00 Virtual
LesMills barre 14:30-15:15 KIMI		V: GRIT 14:15-14:45 ≪CARDIO≫	V: TRIP 14:30-15:10 Virtual
BODYCOMBAT 18:45-19:15 YUIKO	Tec付 CXWORX 19:00-19:45 SAEKI	V-BODYPUMP 18:45-19:15 Virtual	TRIP 18:40-19:20 YUSHI
BODYJAM 19:35-20:20 UTANO	GRIT CARDIO 20:05-20:35 YUIKO	L/S 19:30-20:00 ATSUSHI/TOYA	SPRINT 19:45-20:15 RYOSUKE
BODYPUMP 20:40-21:25 ATSUSHI	GRIT STRENGTH 20:55-21:25 TOYA	V-CXWORX 20:30-21:00 Virtual	RPM 21:15-22:00 RYOSUKE
BODYATTACK30 21:45-22:15 TOYA			

TUE

STUDIO 1	6階STUDIO 2	8階Virtual	BIKE
BODYCOMBAT 12:00-12:45 YUSSY			V- TRIP 12:20-13:00 Virtual
BODYJAM 13:15-14:00 KIMI		V-CXWORX 12:30-13:00	
BODYBALANCE 14:30-15:15 KIMI		V-BODYPUMP 13:30-14:15 Virtual	V- RPM 14:15-15:00 Virtual
BODYPUMP 18:30-19:00 MIHO-Y	GRIT CARDIO 18:40-19:10 YUTA		
BODYCOMBAT 19:30-20:00 YUTA	BARRE 19:30-20:00 MIHO-Y	V-CXWORX 19:30-20:00 Virtual	SPRINT 19:20-19:50 YUSHI
BODYATTACK45 20:20-21:05 YUTA	BODYBALANCE 20:20-21:05 YUSHI	V-GRIT 20:30-21:00 Virtual ≪STRENGTH≫	TRIP 20:15-20:55 ASAMI
BODYJAM 21:25-22:10 YUSHI	TONE 21:25-22:10 TOYA		

WED

STUDIO 1	6階STUDIO 2	8階Virtual	BIKE
BODYPUMP 12:00-12:45 SAEKI		V-BODYBALANCE 12:15-13:00 Virtual	
BC / BB 13:15-14:00 SAEKI		V- GRIT 13:30-14:00 ≪CARDIO≫	V: RPM 13:15-14:00 Virtual
tec付CXWORX 14:30-15:15 YUIKO			V: TRIP 14:30-15:10 Virtual
BODYSTEP 18:45-19:30 YUIKO	GRIT STRENGTH 19:00-19:30 ATSUSHI	V-BODYBALANCE 19:00-19:30 Virtual	RPM 18:45-19:30 YUKI
CXWORX 19:50-20:20 YUIKO	SHBAM 19:50-20:20 RIKA	L/S 20:00-20:45 DAIGO	TRIP 19:50-20:30 RYOSUKE
BODYJAM 20:40-21:25 ASAMI	GRIT CARDIO 20:50-21:20 ATSUSHI	V-BODYCOMBAT 21:00-21:30 Virtual	SPRINT 20:50-21:20 RYOSUKE
BODYPUMP 21:45-22:15 ATSUSHI			

7/1,15,29:BODYCOMBAT
7/8,22:BODYBALANCE

THU

STUDIO 1	6階STUDIO 2	8階Virtual	BIKE
BODYJAM 12:00-12:45 MIHO		V-BODYPUMP 12:00-12:45 Virtual	V-TRIP 12:20-13:00
BS/BA 13:15-14:00 YUTA		V- GRIT 13:30-14:00 ≪CARDIO≫	
BODYBALANCE 14:30-15:15 YUTA			V-RPM 14:15-15:00 Virtual
BODYPUMP 18:45-19:15 RYOSUKE	BODYBALANCE 19:25-19:55 KIMI	L/S 19:30-20:15 SAEKI/ RYOSUKE	V- SPRINT 18:45-19:15 Virtual
CXWORX 19:35-20:05 MASAKI/SAEKI	BARRE 20:15-20:45 KIMI		TRIP 19:40-20:20 YUSHI
BODYCOMBAT 20:25-21:10 MASAKI/SAEKI	GRIT ATHLETIC 21:05-21:30 YUSHI	V-BODYPUMP 20:40-21:25 Virtual	RPM 20:40-21:25 RYOSUKE
BODYJAM 21:30-22:15 KIMI			

7/2,16:BODYSTEP
7/9,30:BODYATTACK

CX,BC 担当者
7/2,16 :MASAKI
7/9,30:SAEKI

SAT

STUDIO 1	6階STUDIO 2	8階Virtual	BIKE
BODYATTACK 12:00-12:45 CHIHIRO	GRIT STRENGTH 12:00-12:30 YUSHI	V-BODYBALANCE 12:00-12:45 Virtual	
BODYPUMP 13:05-13:50 CHIHIRO	GRIT ATHLETIC 13:25-13:55 YUIKO		SPRINT 13:00-13:30 YUSHI
GRIT CARDIO 14:20-14:50 YUIKO		V-SH'BAM 14:00-14:45 Virtual	TRIP 14:00-14:40 ASAMI
BODYJAM 15:20-16:05 ASAMI		L/S 15:00-15:30 週替わり	RPM 15:15-16:00 RYOSUKE
BODYCOMBAT 16:25-17:10 RYOSUKE	BB/barre 16:30-17:15 KIMI	V- GRIT 16:30-17:00 Virtual ≪STRENGTH≫	
BODYPUMP45 17:30-18:15 RYOSUKE	BODYJAM tec 18:00-18:30 KIMI（別途500円）		
BODYJAM 18:45-19:30 KIMI			

7/4,18:BODYBALANCE
7/11,25:LesMills barre

SUN

STUDIO 1	6階STUDIO 2	8階Virtual	BIKE
BODYPUMP 11:30-12:15 ATSUSHI	BODYBALANCE 11:40-12:25 YUSHI		
SH'BAM 12:45-13:30 YUSHI	GRIT STRENGTH 12:45-13:15 ATSUSHI		THE TRIP 12:30-13:10 SAEKI
BODYATTACK 13:50-14:35 ATSUSHI	Tec付CXWORX 13:45-14:30 SAEKI	L/S(7/5,12,26) 14:00-14:45 週替わり	V- RPM 13:45-14:30 Virtual
BODYCOMBAT 15:00-15:45 週替わり	TONE30 15:00-15:30 YUKKY	V-BODYPUMP 7/19のみ L/S 15:00-15:45	V-SPRINT 15:00-15:30 Virtual
BODYJAM 16:10-16:55 YUKKY	GRIT CARDIO 16:30-17:00 ATSUSHI		

BC 担当者
7/5:SAEKI
7/12:SAEKI
7/19:YUSSY
7/26:YUIKO

LIVE STREAM(L/S9 担当者 一覧
実施内容は別紙でご案内いたします

月曜19:30-20:00
7/6,20: ATSUSHI
7/13,27: TOYA
水曜 20:00-20:45
DAIGO

木曜 19:30-20:15
7/2,16: SAEKI
7/9,30: RYOSUKE

土曜15:00-15:30
7/4: KIMI
7/11: ATSUSHI
7/18: KIMI
7/25:YUSHI

日曜14:00-14:45
7/5: DAIGO
7/12: DAIGO
7/19 (15:00-15:45) SAEKI
7/26: YUIKO

週替わり担当者/プログラム 一覧

水曜13:15-14:00 SAEKI
7/1,15,29:BODYCOMBAT
7/8,22:BODYBALANCE

木曜 13:15-14:00 YUTA
7/2,16:BODYSTEP
7/9,30:BODYATTACK

木曜 19:35-CX,20:25-BC
7/2,16 :MASAKI
7/9,30:SAEKI

土曜 16:30-17:15 KIMI
7/4,18:BODYBALANCE
7/11,25:LesMills barre

日曜 15:00-15:45 BODYCOMBAT
7/5,12: SAEKI 7/19:YUSSY 7/26:YUIKO

木曜は、23日が祝日となるため別プログラムで実施させていただき、時間を調整させて頂いております。

≪プログラム表記記号について≫

記号無し→ インストラクター実施クラス
「 L/S」・・・LIVE STREAM配信/Onlineサービス用の撮影＆配信のみ(ご参加いただけません)
「V」:→Virtualクラス

≪定員について≫

■Studio1:ツールなし/25名 ツールあり/20名 ■6階Studio2:ツールなし/15名 ツールあり/10名
■8階Virtual:7名 ■BIKEROOM・・・8名
※情勢に応じ変動する場合がございますのでご了承くださいませ。

※ツール用のアルコール・ペーパータオルをご用意しております。ご利用後はアルコールで消毒のご協力をお願いいたします。

≪ 7月中の営業時間について ≫

平日11:30-22:45, 土11:30-20:00, 日(祝)11:00-17:30
※平日16:30-17:30の間はフロント受付およびお電話受付をクローズさせていただきます(受付済のスペース利用・パーソナルは利用可)

・レッスン受講およびパーソナル・スペース利用など、サービスご利用の前後30分以内でのチェックイン・アウトのご協力をお願いします。
・事前予約は平日2枠、土日は3枠でご協力をお願いします。当日空きがございましたらご参加いただけますのでお問い合わせくださいませ
・スペース利用はフロント受付クローズ時間を含め、営業時間内で承ります。
・営業時間外でパーソナル実施をご希望の場合は、別途、施設外利用料として、お1人様500円(税抜)を頂戴します。
・ストレッチゾーンは15分以内で譲り合ってご利用くださいませ
・ご来館時は、感染症予防対策へのご協力をお願いします