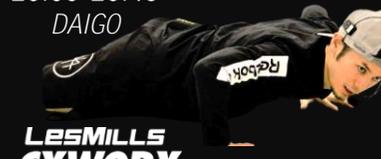


10月 LesMillsプログラム LIVE STREAM time table

他、tecクラス、ヨガも準備中です。配信予定が決定次第、随時ご案内いたします

| Sun | Mon | Wed | Thu | Sat |
|---|---|--|---|--|
| 10/4 14:00-14:45 DAIGO  LES MILLS BODYBALANCE | 10/5 19:45-20:15 ATSUSHI  LES MILLS BODYPUMP | 10/7 20:00-20:45 DAIGO  LES MILLS CXWORX | 10/8 19:45-20:15 RYOSUKE  LES MILLS BODYCOMBAT | 10/10 15:00-15:30 YUIKO  LES MILLS CXWORX |
| 10/11 14:00-14:45 DAIGO  LES MILLS BODYBALANCE | 10/12 19:45-20:15 TOYA  LES MILLS BODYATTACK | 10/14 20:00-20:45 DAIGO  LES MILLS CXWORX | 10/15 19:45-20:15 RYOSUKE  LES MILLS BODYPUMP | 10/17 15:00-15:45 KIMI  LES MILLS BODYBALANCE |
| 10/18 14:00-14:45 DAIGO  LES MILLS BODYBALANCE | 10/19 19:45-20:15 ATSUSHI  LES MILLS BODYPUMP | 10/21 20:00-20:45 DAIGO  LES MILLS CXWORX | 10/22 19:45-20:15 RYOSUKE  LES MILLS BODYCOMBAT | 10/24 15:00-15:45 YUIKO  LES MILLS BODYATTACK |
| 10/25 14:00-14:45 DAIGO  LES MILLS BODYBALANCE | 10/26 19:45-20:15 TOYA  LES MILLS BODYATTACK | 10/28 20:00-20:45 DAIGO  LES MILLS CXWORX | 10/29 19:45-20:15 RYOSUKE  LES MILLS BODYPUMP | 10/31 14:00-14:45 TRIVE会員様はVirtualルームでもご参加頂けます (通常通りの会員様専用予約サイトからお申込みくださいませ)  LES MILLS SH'BAM LesMillsJapan Special Guest MACHI |

LesMillsプログラムのLIVESTREAM配信サービスシステム変更に伴い、別途、新しい動画配信サービスサイトを準備中です(別途有料)。システムが整い次第そちらからの配信とさせていただきます。整うまではOnline用Instagramのみの配信とさせていただきます。(Online用Instagramへの登録は無料です。随時ダイレクトメッセージでご連絡くださいませ)新しいご案内もInstagramで配信させていただきます。LesMillsプログラムは配信後、ある一定期間をもって動画は削除になりますのでご了承くださいませ。9月末までに配信済の動画は10月12日(月)午前中に削除させていただきます



LesMillsJapan
Special Guest

MACHI