




7/18(mon) time table

祝日に YUTAKAが初登場！
長身を活かしたダイナミックな動きは必見です！

KIRARIのSH'BAMデビューを記念して、YUSHI & KIRARIのSH' BAM初コラボでお届けします！
BODYJAMでは100のボーナスブロックが登場！

海の日に思いっきり熱く楽しみましょう！

	9階STUDIO 1	8階STUDIO 2	BIKE
11:00	BODYPUMP 11:00-12:00 ATSUSHI, SUZUTO		
30			
12:00	BODYATTACK 12:15-13:15 TOYA	LesMills CORE 12:30-13:15 SUZUTO	V- SPRINT 12:45-13:15 
30	BODYSTEP 13:30-14:15 YUTAKA	GRIT CARDIO 13:45-14:15 TOYA, ATSUSHI	RPM 14:30-15:15 SUZUTO
14:00	SH'BAM 14:30-15:15 YUSHI, KIRARI	TRIP 15:40-16:20 KIRARI	
30	BODYCOMBAT 15:30-16:30 YUTAKA	BODYBALANCE 15:30-16:15 KIMI	
16:00	BODYJAM 100 Bonus 16:45-17:45 KIMI, YUSHI ◀別途550円▶		
30			
18:00	営業時間 10:30-18:30		



◀プログラム表記について▶

●記号無し→インストラクター実施クラス ●「V」:→Virtualクラス

◀定員について▶

■Studio1:ツール無し36名, ツールあり30名 GRIT:20名

■8階Studio2:22名 (GRIT/PH :15名) ■BIKEROOM...12名

※情勢に応じ変動する場合がございますので予め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。

●◀別途550円▶表記&GRITについて

*別途550円/1100円(GRIT:550円)を頂戴させていただきます(税込)プリペイドチケットをご利用いただけます

▼月会費会員様

・利用範囲内の方:追加で500円を頂戴します ・利用範囲外ご利用の場合:範囲外追加料金(各分數毎の料金)に+550円)となります

▼PICKUP会員様...各分數毎のレッスン参加費にプラス500円)となります。

●レッスンご予約は、会員様予約サイトで13日前午前0時よりご予約頂けます。

●会員様事前予約サイトはマンスリー会員様&PICKUPプラス会員様がご利用頂けます

●7/18は「祝日」扱いとさせていただきます。(DAY,NIGHT,WEEKEND会員様は月会費内料金でご利用いただけます。

FLEX(CASUAL)会員様は1日カウントとさせていただきます。)

●事前予約はお1人様3レッスンまででお願いします。