

7/15(MON) time table

海の日スペシャル! レアな組み合わせ&スペシャルレッスンをお楽しみください!

	9階STUDIO 1	8階STUDIO 2	BIKE
		営業時間 10:30-17:30	
11:00	BODYCOMBAT 11:00-12:00 CHISATO KAREN	GRIT ATHLETIC 11:15-11:45 ATSUSHI	THE TRIP 11:30-12:10 TANAGO
12:00	BODYPUMP 12:20-13:20 ATSUSHI		SPRINT 12:40-13:10 TANAGO CHISATO
14:00	BODYJAM 13:40-14:40 YUKKY MIYU ◀別途550円▶	ヤマホ'ディローリング' ボディ&フットセーバー 【足から変える骨格調整】	RPM 13:35-14:20 CHISATO
15:00	LesMills DANCE 15:00-15:45 KIRARI MIYU	14:00-15:30 TAKA & NISSY 限定15名スペシャル90分 別途有料(別途参照)	
16:00	BODYBALANCE 16:15-17:00 KIRARI	V-CORE 16:00-16:45 	
17:00			

◀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
- 「V」:→Virtualクラス
- ◀定員について▶
- 9階STUDIO1: ツール無し40名 (ツールあり:30名)
- 8階STUDIO2: ツール無し30名(ツールあり:26名、GRIT/15名Virtual CORE:20名)
- BIKEROOM...RPM19名,SPRINT,TRIP 16名
- ※別途指定がある場合はそちらに準じます。
- ※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します。

●別途有料表記&GRITについて

- 別途記載の金額 (GRIT:550円(税込))を頂戴させて頂きます。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:追加で記載の金額 (GRIT:550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)にプラス記載の金額 (GRIT:550円)を頂戴します。
- ▼PICKUP会員様...各分數毎のレッスン参加費にプラス記載の金額 (GRIT:550円)を頂戴します。
- 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プラス会員様にご利用頂けます
- 7/15は「祝日」扱いとさせて頂きます。(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レッスンまでをお願いします。



yamuna
ボディ&フットセーバー

【足から変える骨格調整】

NISSY TAKA

TRIVEでは初めて!!
「ヤムナフットセーバーズ」
を使用したレッスン!

フットセーバーは、足の骨を丁寧に調整し、正しい機能と柔軟性を取り戻すためのツールです。足の重心、柔軟性がいかに全身へと繋がっているかを是非この機会に実感してみてください!

7/15(祝月)
14:00-15:30 (90分)
3,300円(税込)
(ツールレンタル代込)
定員15名



ご予約は通常通り、会員様専用ご予約アプリ13日前午前0時~フットセーバー、必要ツールは全てをご用意いたします。購入希望の方はそのまま買取いただけます。インストラクターにご相談ください



YUSHI & ASAMI

7/13(SAT)18:35-19:35

BODYJAM

3連休の初日である7/13(土)のレギュラーレッスン時間を利用し、6月に続き、YUSHI & ASAMIのジョイントをお届けします!
別途550円が必要です。
通常通り13日前午前0時~専用アプリでご予約開始



YUKKY MIYU KIRARI

代行やイベントなどでも馴染みのMIYUが祝日初登場!
YUKKY&KIRARIとのコラボレッスンでお届けします!
ダンサーとしても活躍中のMIYUのダンサブルなスタイルをお楽しみください!



CHISATO

KAREN

TANAGO

CYCLEチームメンバーでジョイントレッスンをお届け! BIKE ROOMを飛び出してスタジオでもレッスンをお届けします!!
お楽しみください!

