

2019年7月

Time Schedule

Free Time RPMプログラムのVIRTUAL映像として
 お楽しみいただけます。
 途中での入退場は自由です。



	Monday				Tuesday				Wednesday				Thursday				Friday				Saturday				Sunday							
	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle				
7:00																																
8:00		7:30~8:10 ホット ボディメイクヨガ40 山田(知)		7:30~8:10 THE TRIP 高山	7:30~8:00 barre 大若	7:30~8:10 ホットヨガ40 飯嶋		7:30~8:10 THE TRIP 池島		7:30~8:15 ホットヨガリンパ45 山田(知)		7:30~8:10 THE TRIP 高山		7:30~8:10 ホットヨガ40 飯嶋		Free Time 7:15~8:00 LES MILLS RPM VIRTUAL #80	7:30~8:00 barre 大若	7:30~8:15 ホットヨガリンパ45 山田(知)		7:30~8:10 THE TRIP 高山		Free Time 7:15~8:00 LES MILLS RPM VIRTUAL #80										
9:00				Free Time 8:25~8:55 LES MILLS RPM VIRTUAL #76				Free Time 8:25~8:55 LES MILLS RPM VIRTUAL #77				Free Time 8:25~8:55 LES MILLS RPM VIRTUAL #81				Free Time 8:05~8:35 LES MILLS RPM VIRTUAL #75				Free Time 8:25~8:55 LES MILLS RPM VIRTUAL #78				Free Time 8:25~8:55 LES MILLS RPM VIRTUAL #81				Free Time 8:25~8:55 LES MILLS RPM VIRTUAL #78				
10:00		Free Time 8:25~11:00 ~温~ 映像レッスン		Free Time 9:00~9:45 ~温~ RPM VIRTUAL #80		Free Time 8:25~10:10 ~温~ 映像レッスン		Free Time 9:00~9:45 ~温~ メンテナンス ※使用不可				Free Time 9:00~9:45 ~温~ RPM VIRTUAL #76				Free Time 8:40~9:25 ~温~ RPM VIRTUAL #78				Free Time 9:00~9:45 ~温~ RPM VIRTUAL #78				Free Time 9:00~9:45 ~温~ RPM VIRTUAL #78				Free Time 9:00~9:45 ~温~ RPM VIRTUAL #78				
11:00				Free Time 9:50~10:20 ~温~ RPM VIRTUAL #76				Free Time 9:50~10:20 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 10:05~10:50 ~温~ RPM VIRTUAL #80				Free Time 10:05~10:50 ~温~ RPM VIRTUAL #77				Free Time 10:05~10:50 ~温~ RPM VIRTUAL #76				Free Time 10:05~10:50 ~温~ RPM VIRTUAL #76				Free Time 10:05~10:50 ~温~ RPM VIRTUAL #75				Free Time 10:05~10:50 ~温~ RPM VIRTUAL #75
12:00				Free Time 10:25~11:10 ~温~ RPM VIRTUAL #77				Free Time 10:25~11:10 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 10:25~10:55 ~温~ RPM VIRTUAL #75				Free Time 10:25~10:55 ~温~ RPM VIRTUAL #77				Free Time 10:25~10:55 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 10:25~10:55 ~温~ RPM VIRTUAL #78				Free Time 10:25~10:55 ~温~ RPM VIRTUAL #79				Free Time 10:25~10:55 ~温~ RPM VIRTUAL #81
13:00				Free Time 11:25~12:10 ~温~ RPM VIRTUAL #75				Free Time 11:25~12:10 ~温~ RPM VIRTUAL #75				Free Time 12:15~12:45 ~温~ RPM VIRTUAL #78				Free Time 12:15~12:45 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 12:15~12:45 ~温~ RPM VIRTUAL #78				Free Time 12:15~12:45 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 12:15~12:45 ~温~ RPM VIRTUAL #78				Free Time 12:15~12:45 ~温~ RPM VIRTUAL #78
14:00				Free Time 12:55~14:00 ~温~ 映像レッスン				Free Time 13:00~13:40 ~温~ THE TRIP 中島				Free Time 13:10~13:25 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 13:15~13:30 ~温~ HEAT HIT15				Free Time 13:10~13:30 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 13:10~13:30 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 13:10~13:30 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 13:10~13:30 ~温~ SKILL Athletic Circuit20
15:00				Free Time 14:55~15:40 ~温~ RPM VIRTUAL #80				Free Time 14:55~15:40 ~温~ RPM VIRTUAL #80				Free Time 15:15~16:00 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 15:15~16:00 ~温~ RPM VIRTUAL #75				Free Time 15:15~16:00 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 15:15~16:00 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 15:15~16:00 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 15:15~16:00 ~温~ RPM VIRTUAL #81
16:00				Free Time 15:10~15:55 ~温~ RPM VIRTUAL #76				Free Time 15:45~16:30 ~温~ RPM VIRTUAL #79				Free Time 16:05~16:35 ~温~ RPM VIRTUAL #79				Free Time 16:05~16:35 ~温~ RPM VIRTUAL #79				Free Time 16:05~16:35 ~温~ RPM VIRTUAL #80				Free Time 16:05~16:35 ~温~ RPM VIRTUAL #77				Free Time 16:05~16:35 ~温~ RPM VIRTUAL #77				Free Time 16:05~16:35 ~温~ RPM VIRTUAL #77
17:00				Free Time 16:35~17:20 ~温~ RPM VIRTUAL #78				Free Time 16:35~17:20 ~温~ RPM VIRTUAL #76				Free Time 16:40~17:25 ~温~ RPM VIRTUAL #77				Free Time 16:40~17:25 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 16:40~17:25 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 16:40~17:25 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 16:40~17:25 ~温~ RPM VIRTUAL #81				Free Time 16:40~17:25 ~温~ RPM VIRTUAL #81
18:00				Free Time 17:45~18:25 ~温~ THE TRIP 古藤				Free Time 17:45~18:25 ~温~ THE TRIP 高山				Free Time 17:45~18:25 ~温~ THE TRIP 高山				Free Time 17:45~18:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 17:45~18:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 17:45~18:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 17:45~18:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 17:45~18:25 ~温~ THE TRIP 池島
19:00				Free Time 18:25~18:45 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 18:25~18:45 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 18:25~18:45 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 18:25~18:45 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 18:25~18:45 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 18:25~18:45 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 18:25~18:45 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 18:25~18:45 ~温~ SKILL Athletic Circuit20
20:00				Free Time 18:45~19:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 18:45~19:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 18:45~19:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 18:45~19:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 18:45~19:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 18:45~19:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 18:45~19:25 ~温~ THE TRIP 池島				Free Time 18:45~19:25 ~温~ THE TRIP 池島
21:00				Free Time 19:15~19:35 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 19:15~19:35 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 19:15~19:35 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 19:15~19:35 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 19:15~19:35 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 19:15~19:35 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 19:15~19:35 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 19:15~19:35 ~温~ SKILL Athletic Circuit20
22:00				Free Time 19:45~20:05 ~温~ HEAT HIT15				Free Time 19:45~20:05 ~温~ HEAT HIT15				Free Time 19:45~20:05 ~温~ HEAT HIT15				Free Time 19:45~20:05 ~温~ HEAT HIT15				Free Time 19:45~20:05 ~温~ HEAT HIT15				Free Time 19:45~20:05 ~温~ HEAT HIT15				Free Time 19:45~20:05 ~温~ HEAT HIT15				Free Time 19:45~20:05 ~温~ HEAT HIT15
23:00				Free Time 20:40~20:55 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 20:40~20:55 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 20:40~20:55 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 20:40~20:55 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 20:40~20:55 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 20:40~20:55 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 20:40~20:55 ~温~ SKILL Athletic Circuit20				Free Time 20:40~20:55 ~温~ SKILL Athletic Circuit20

~ご案内~

- ◆スタッフのご案内後にご入場ください。
- ◆開始時間以降の途中入場・退場は、ご遠慮ください。※体調不良、ケガの場合を除く。
- ◆物などを置いての場所取りはご遠慮ください。
- ◆一部、定員制のプログラムがございます。
※定員制:ツールがなくなり次第、入場を制限させていただきます。
- ◆サイクルスタジオ・ホットスタジオのプログラムは予約制です。(FreeTimeを除く)
※参加プログラム開始5分前までにスタジオへご入場ください。
- ◆FreeTimeは途中でもご自由に入退場が可能です。

※変更・休講などの最新情報はホームページをご確認ください。