

日にち	時間	レッスン
19日	14:15～14:45	LES MILLS DANCE
	15:00～15:30	マット LES MILLS CORE
	17:45～18:15	マット LES MILLS BODYBALANCE BEGINNER
	18:20～18:50	LES MILLS SH'BAM BEGINNER
	18:55～19:25	LES MILLS BODYATTACK BEGINNER
	19:30～20:00	LES MILLS BODYCOMBAT BEGINNER
26日	14:15～14:45	LES MILLS barre BEGINNER
	15:00～15:30	LES MILLS SH'BAM BEGINNER
	17:45～18:15	LES MILLS BODYPUMP
	18:20～18:50	LES MILLS BODYCOMBAT BEGINNER
	18:55～19:25	LES MILLS DANCE
	19:30～20:00	LES MILLS GRIT