


日にち	時間	レッスン
22日	17:45～18:15	LES MILLS BODYPUMP
	18:20～18:50	 LES MILLS BODYATTACK <small>BEGINNER</small>
	18:55～19:25	LES MILLS BODYCOMBAT <small>BEGINNER</small>
	19:30～20:00	LES MILLS GRIT
29日	14:15～14:45	LES MILLS BODYATTACK <small>BEGINNER</small>
	15:00～15:30	LES MILLS DANCE
	17:45～18:15	LES MILLS BODYCOMBAT <small>BEGINNER</small>
	18:20～18:50	マット LES MILLS CORE
	18:55～19:25	LES MILLS DANCE
	19:30～20:00	マット LES MILLS BODYBALANCE <small>BEGINNER</small>