

日にち		時間	レッスン
3 日		10:30～11:00	マット LES MILLS BODYBALANCE BEGINNER
		11:10～11:40	LES MILLS BODYATTACK BEGINNER
		11:50～12:35	LES MILLS DANCE
		12:45～13:15	LES MILLS GRIT
		13:25～14:10	LES MILLS BODYCOMBAT BEGINNER
		14:20～14:50	LES MILLS BODYPUMP
		15:00～15:30	マット LES MILLS CORE
		15:40～16:10	LES MILLS DANCE