

12/29(月)～1/4(日)



12/29(月)	12/30(火)	12/31(水)	1/1(木)	1/2(金)	1/3(土)	1/4(日)
13: 00～13: 45 LesMills BODYCOMBAT 30 テクニック付 まや	12: 30～13: 15 LesMills BODYPUMP 45 まや	11: 15～12: 15 LesMills BODYJAM 篠原		14: 15～15: 15 LesMills BODYATTACK 西内・まや	13: 00～13: 45 LesMills BODYSTEP 45 まや	12: 00～12: 45 LesMills BODYJAM 45 KOKI
14: 00～14: 30 LesMills BODYBALANCE 30 まや	13: 30～14: 30 LesMills BODYJAM 篠原・KOKI	12: 35～13: 35 LesMills BODYATTACK まや		15: 30～16: 15 LesMills BODYPUMP 45 まや	14: 00～14: 45 LesMills BODYJAM 45 KOKI	13: 00～13: 30 LesMills BODYPUMP 30 まや
19: 30～20: 30 LesMills BODYATTACK 西内	14: 50～15: 50 LesMills BODYJAM 篠原	13: 50～14: 20 LesMills BODYPUMP 30 まや		16: 30～17: 00 LesMills BODYBALANCE 30 まや	15: 00～16: 00 LesMills BODYCOMBAT まや	13: 45～14: 30 LesMills BODYCOMBAT 45 まや
	16: 10～17: 10 LesMills BODYSTEP まや	14: 35～15: 35 LesMills BODYCOMBAT まや				14: 45～15: 30 LesMills BODYATTACK 45 西内
						15: 45～16: 30 LesMills BODYBALANCE 45 まや

元
旦



12/29(月)～1/4(日)



▶ プログラム参加費

12/29 (月)

- BODYCOMBAT
- BODYBALANCE ¥500(税込)
- BODYATTACK ¥1,200(税込)

12/30 (火)

- BODYPUMP ¥1,200(税込)
- BODYJAM 1クラス ¥1,800(税込)
- 2クラス ¥3,300(税込)
- BODYSTEP ¥1,500(税込)

12/31

- BODYJAM ¥1,800(税込)
- BODYATTACK ¥1,200(税込)
- BODYPUMP30 ¥500(税込)
- BODYCOMBAT ¥1,200(税込)

1/2 (金)

- BODYATTACK ¥1,500(税込)
- BODYPUMP45 ¥1,200(税込)
- BODYBALANCE30 ¥500(税込)

1/3 (土)

- BODYSTEP45 ¥1,200(税込)
- BODYJAM45 ¥1,000(税込)
- BODYCOMBAT ¥1,200(税込)

1/4 (日)

- BODYJAM45 ¥1,000(税込)
- BODYPUMP30 ¥500(税込)
- BODYCOMBAT45 ¥1,200(税込)
- BODYATTACK45 ¥1,200(税込)
- BODYBALANCE45 ¥1,000(税込)

※必ずご予約をお願いいたします。