

# 2022.11.3 東部総合運動場体育センター LES MILLS

## タイムテーブル

SESSION 1	LES MILLS BODYBALANCE	9:45~10:45	篠原里佳・Kaoru 大屋智徳・大崎まや
SESSION 2	LES MILLS BODYSTEP	11:15~12:15	丸山智則・大屋智徳 Kaoru・大崎まや
SESSION 3	LES MILLS BODYATTACK	12:40~13:40	結城千恵・丸山智則・古谷勇気 Kaoru・西内勝範・大崎まや
SESSION 4	LES MILLS BODYCOMBAT ①	14:05~15:05	丸山智則・大屋智徳・古谷勇気 生田早苗・竹田勉・大崎まや
SESSION 5	LES MILLS BODYJAM	15:30~16:30	篠原里佳・ASAHI Kaoru・生田早苗
SESSION 6	LES MILLS BODYCOMBAT ②	16:55~17:55	結城千恵・丸山智則・大屋智徳 古谷勇気・大崎まや

### 場所

高知市東部総合運動場 体育センター  
高知市介良丙1000-2  
駐車場有

### 参加費

- ①・②・④・⑤ ￥2,200(税込)  
③ ￥2,500(税込)  
⑥ ￥3,000(税込)

2年振り体育館でのイベントを開催致します。  
♪高知&広島&岡山&香川&愛媛ジョイントレッスン開催♪  
東京からLesMillsJAPAN  
結城千恵トレーナーも参戦!!  
今回のオープニングは体育館初!!  
BODYBALANCEからスタート。

BS Party祭♪  
BA No.50~  
BC① Best Of BC  
BC② Best Of BC  
①&②の内容は異なります。



### 参加申込

スタジオ予約 9月29日(木)~  
HP予約 9月30日(金) 11:00~

### 申込締切

2022年11月1日(火) 12:00迄  
以降のキャンセルは参加費全額徴収させていただきます。  
※定員になり次第締め切りとさせていただきます。

コロナ感染症感染状況により、  
内容変更や中止となることもございます。  
別紙感染予防対策対策をご確認のうえ、ご参加ください。

### Studioぶらすあるふぁ

お問合せHP <https://www.lesmillskochi.com>  
メール [lesmills.kochi2017@gmail.com](mailto:lesmills.kochi2017@gmail.com)

HPよりご予約お願い致します。  
予約後、予約完了メールが届きましたら完了となります。