

八日市店 体験レッスンスケジュール

プレオープン期間：2018年 2月13日～2月23日

時間	2/13(火)	2/14(水)	2/15(木)	2/16(金)	2/17(土)	2/18(日)	2/20(火)	2/21(水)	2/22(木)	2/23(金)
9:00										
9:30										
10:00	10:00～10:30 R30	10:00～11:00 Sling Yoga	10:00～10:45 GRUP-FIT	10:00～10:30 T-FIT	10:00～10:30 R30	10:00～11:00 Sling Yoga	10:00～10:30 T-FIT	10:00～11:00 Sling Yoga	10:00～10:30 R30	10:00～10:45 GRUP-FIT
10:30										
11:00										
11:30					11:30～12:00 T-FIT	11:30～12:00 R30				
12:00										
12:30										
13:00	13:00～14:00 Sling Yoga	13:00～13:30 T-FIT	13:00～13:30 R30	13:00～13:45 GRUP-FIT	13:00～14:00 Sling Yoga	13:00～13:45 GRUP-FIT	13:00～14:00 Sling Yoga	13:00～13:30 R30	13:00～13:30 T-FIT	13:00～14:00 Sling Yoga
13:30										
14:00										
18:00					18:00～18:45 GRUP-FIT					
18:30										
19:00	19:00～19:45 GRUP-FIT		19:00～20:00 Sling Yoga					19:00～19:30 T-FIT		19:00～19:30 R30
19:30										
20:00		20:00～20:30 R30		20:00～20:30 T-FIT			20:00～21:00 Sling Yoga		20:00～20:45 GRUP-FIT	
20:30										

- ※ R30・・・音楽に合わせてバイクエクササイズを行う脂肪燃焼系プログラムです。
- T-FIT・・・音楽に合わせてトランポリンエクササイズを行う脂肪燃焼系プログラムです。
- GRUP-FIT・・・サーキットトレーニングを行い全身の筋力UPを目指すプログラムです。