

【無料体験・パーソナルトレーニング 承ります!!】

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	日曜日
10:00						
10:30						
10:45	10:30~11:15【体験可】 ヒップアップトレーニング👇 【AYUMI】	10:30~11:15【体験可】 やさしいK-1👇 【しょう】	10:30~11:15【体験可】 やさしいK-1👇 【吉木】	【体験可】 10:30~11:30 👇K-1ベーシック 【平野】	10:30~11:15【体験可】 やさしいK-1👇 【吉木】	【要予約】【体験可】 10:30~11:15 やさしいK-1👇【純太】
11:00						
11:15						
11:30						
11:45	【要予約】【体験可】 11:30~12:15 👇デトックスヨガ【じゅんこ】	11:30~12:15【体験可】 👇K-1 FIT FIGHT 【しょう】	【体験可】 11:30~12:30 👇K-1ベーシック 【吉木】	11:45~12:30【体験可】 やさしいK-1👇 【平野】	【要予約】【体験可】 11:30~12:15👇 姿勢改善ピラティス【じゅんこ】	【要予約】【体験可】 11:30~12:15 👇K-1 FIT FIGHT【純太】
12:00						
12:15						
12:30	12:30~13:15【体験可】 👇ボクシング&フィジカル 【矢吹純】	【要予約】【体験可】 12:30~13:15 👇美Bodyヨガ【じゅんこ】			【体験可】 12:30~13:30 👇K-1ベーシック 【吉木】	12:30~13:00【体験可】 K-1ヒートトレーニング 【純太】
12:45						【体験可】 12:30~13:30 👇K-1ベーシック 【純太】
13:00						
13:15						
13:30						
13:45						
14:00						
14:15						【体験可】 13:15~14:00 👇美Bodyヨガ【じゅんこ】
14:30						
14:45						
15:00						
15:15						
15:30						
15:45						
16:00						
16:15						
16:30						
16:45						
17:00						
17:15						
17:30						
17:45						
18:00						
19:00	19:00~19:45【体験可】 やさしいK-1👇 【純太】	19:00~19:45【体験可】 姿勢改善ピラティス👇 【じゅんこ】	19:00~19:45【体験可】 👇K-1 FIT FIGHT 【たかひろ】	19:00~19:45【体験可】 肩甲骨ヨガ👇 【じゅんこ】	19:00~19:45【体験可】 やさしいK-1👇 【純太】	■ FREEトレーニング・ミットトレーニングは好きなお時間でトレーニングできます。 ・トレーナーミット打ち (パーソナル・体験時など..お受けできない場合もございます) ・器具のご利用可能 ■ 無料体験はクラス・FREEで随時承ります。
19:15						
19:30						
19:45						
20:00						
20:15	【体験可】 20:00~21:00 👇K-1ベーシック 【純太】	【体験可】 20:00~21:00 👇K-1ベーシック 【平野】	【体験可】 20:00~21:00 👇K-1ベーシック 【純太】	【体験可】 20:00~21:00 👇K-1ベーシック 【ゆうや】	【体験可】 20:00~21:00 👇K-1ベーシック 【純太】	【要予約】 ●土・日・祝日午前中 ●Daytime (11:30~14:00)ヨガ・ピラティス
20:30						
20:45						
21:00						
21:15	21:15~21:45【体験可】 K-1ヒートトレーニング 【純太】	21:00~21:45【体験可】 👇ミットトレーニング 【平野】	21:00~21:45【体験可】 やさしいK-1👇 【純太】	21:00~21:45【体験可】 👇ミットトレーニング 【ゆうや】	21:00~21:45【体験可】 👇ミットトレーニング 【純太】	■コロナ対策として喚起・除菌・清掃を徹底して行います。 ■常時マスク着用をお願いします。 ■スケジュール急遽変更や予約レッスンを追加する場合がございますので、予めご了承ください。 ■パーソナルトレーニングは完全予約制です。営業時間外でも承りますので、ご相談下さい。 ■入館10:00/退館22:00
21:30						
21:45						
22:00						
22:15	退館	【営業時間】 平日10:00~22:00 土曜日10:00~18:00 日・祝10:00~16:00				

体験レッスン承ります

体験レッスン承ります

FREE

△土・日・祝日 午前中/Daytimeヨガ・ピラティスのお時間はご予約が必要になります。