2022.8月 TimeTable

Style Fit　Style Fit　営業時間　10:00～22:00

岩木天望の湯 Iwaki Tenbo no Yu　営業時間　10:00～22:30

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
10：00	VIRTUAL CORE 30 10:15～10:45	Yoga 朝ヨガ / 笹 10:15～11:00	ZUMBA / かさい 10:45～11:30	VIRTUAL barre30 10:15～10:45	VIRTUAL CORE 30 10:15～10:45	ZUMBA / 千葉 10:30～11:15	Yoga LesMills BODYBALANCE 45 /くどう (か) 11:00～11:45	10：00
11：00	Yoga ヨガ 45 / みうら 11:00～11:45	VIRTUAL barre30 11:20～11:50	Yoga LesMills BODYBALANCE 45 /くどう (か) 12:00～12:45	VIRTUAL BODYPUMP 45 11:00～11:45	Yoga ヨガ45 / 笹 11:00～11:45	エアロビクス (初中級) & ステップ 45 / 千葉 11:45～12:30 ※隔週でレッスン変わります 8/6 8/20 ステップ 8/27 エアロビクス	VIRTUAL THE TRIP 45 12:05～12:50	11：00
12：00	ZUMBA / あかいし 12:10～12:55	ZUMBA / あかいし 12:10～12:55		ZUMBA / あかいし 12:10～12:55	ZUMBA / あかいし 12:10～12:55		ZUMBA /くどう (か) 13:10～13:55	12：00
13：00	UBOUND 45 / あかいし 13:20～14:05	UBOUND 45 / あかいし 13:20～14:05	LesMills BODYATTACK 30 /くどう (た) 13:20～13:50	LesMills BODYCOMBAT 45 /くどう (か) 13:20～14:05	LesMills BODYATTACK 45 / あかいし 13:20～14:05	LesMills BODYCOMBAT 45 /くどう (か) 13:00～13:45		13：00
14：00	New VIRTUAL BODYPUMP 45 14:30～15:15	Yoga VIRTUAL BODYBALANCE 45 14:25～15:10	VIRTUAL BODYPUMP 45 14:15～15:00	Yoga VIRTUAL BODYBALANCE 45 14:20～15:05	VIRTUAL BODYCOMBAT 45 14:20～15:05	Yoga LesMills BODYBALANCE 45 /たかだ 14:15～15:00	LesMills BODYATTACK 60 /くどう (た) 14:25～15:25	14：00
15：00	VIRTUAL BODYCOMBAT 30 15:35～16:05	VIRTUAL BODYPUMP 45 15:30～16:15	VIRTUAL CORE 30 15:15～15:45	VIRTUAL BODYPUMP 30 15:30～16:00	VIRTUAL SH'BAM 30 15:20～15:50	UBOUND 30 /くどう (た) 15:30～16:00	VIRTUAL BODYPUMP 45 15:45～16:30	15：00
16：00	VIRTUAL CORE 30 16:15～16:45	VIRTUAL BODYATTACK 30 16:35～17:05	VIRTUAL SH'BAM 30 16:00～16:30	VIRTUAL BODYATTACK 30 16:15～16:45	VIRTUAL THE TRIP 45 16:10～16:55	VIRTUAL BODYATTACK 30 16:30～17:00	LesMills BODYCOMBAT 45 /くどう (か) 16:50～17:35	16：00
17：00	New VIRTUAL THE TRIP 45 17:00～17:45	VIRTUAL THE TRIP 45 17:30～18:15	VIRTUAL THE TRIP 45 16:45～17:30	VIRTUAL THE TRIP 45 17:05～17:50	VIRTUAL CORE 30 17:15～17:45	VIRTUAL SH'BAM 30 17:25～17:55	Yoga VIRTUAL BODYBALANCE 45 17:55～18:40	17：00
18：00	Yoga LesMills BODYBALANCE 45 / たかだ 18:15～19:00	Yoga VIRTUAL BODYBALANCE 45 18:35～19:20	Yoga VIRTUAL BODYBALANCE 45 17:50～18:35	ZUMBA / かさい 18:30～19:15	Yoga VIRTUAL BODYBALANCE 45 18:00～18:45	VIRTUAL BODYPUMP 30 18:15～18:45		18：00
19：00		LesMills BODYATTACK 45 / あかいし 18:50～19:35			LesMills BODYCOMBAT 45 /くどう (か) 19:00～19:45	Yoga VIRTUAL BODYBALANCE 45 19:05～19:50	VIRTUAL THE TRIP 45 19:00～19:45	19：00
20：00	LesMills BODYATTACK 45 /くどう (た) 19:30～20:15	UBOUND 30 /くどう (た) 19:40～20:10	時間変更 UBOUND 45 / たかだ 20:00～20:45	Yoga LesMills BODYBALANCE 45 /くどう (か) 19:45～20:30	ZUMBA / かさい 20:10～20:55	VIRTUAL THE TRIP 45 20:15～21:00	VIRTUAL BODYPUMP 45 20:10～20:55	20：00
21：00	VIRTUAL CORE 30 20:45～21:15	LesMills BODYCOMBAT 45 / おさない 20:30～21:15	VIRTUAL CORE 30 21:10～21:40	VIRTUAL THE TRIP 45 20:50～21:35	VIRTUAL BODYPUMP 30 21:15～21:45			21：00
22：00								22：00