

2022.10月 TimeTable

IR インストラクターがついたクラスです

オンライン配信は全会員様が無料です。StyleFitホームページからログインしてご利用ください。

Style
Fit

Style
Fit

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
10 : 00	IR YOGA 45 / みやざき 10:00～10:45	IR ストレッチ&ヨガ / NFスタッフ 10:00～10:45	IR ZUMBA / みやざき 10:00～10:45	IR LES MILLS BODYBALANCE 45 / みやざき 10:00～10:45	IR LES MILLS BODYBALANCE 45 / かばら 10:00～10:45	RADICAL VIRTUAL OXIGENO 45 10:00～10:45	RADICAL VIRTUAL HYPER C 30 10:00～10:30	10 : 00
11 : 00	IR LES MILLS BODYCOMBAT 45 / かばら 11:15～12:00	IR UBOUND 45 / すぎさわ 11:15～12:00	IR LES MILLS BODYATTACK 30 / NFスタッフ 11:15～11:45	IR LES MILLS BODYCOMBAT 45 / かばら 11:15～12:00	IR ZUMBA / みやざき 11:15～12:00	IR LES MILLS BODYATTACK 45 / NFスタッフ 11:15～12:00	IR WARM ウォームスタジオ LES MILLS BODYBALANCE 45 / みやざき 11:00～11:45	11 : 00
12 : 00	RADICAL VIRTUAL POWER 45 12:20～13:05	New RADICAL VIRTUAL MEGADANZ 45 12:30～13:15	New RADICAL VIRTUAL HYPER C 30 12:30～13:00	New RADICAL VIRTUAL HYPER C 30 12:30～13:00	New RADICAL VIRTUAL FIGHT DO 45 12:30～13:15	IR UBOUND 30 / すぎさわ 12:30～13:00	IR ZUMBA / みやざき 12:15～13:00	12 : 00
13 : 00	RADICAL VIRTUAL UBOUND 30 13:30～14:00	New VIRTUAL STEP 13:30～14:00	New VIRTUAL STEP 13:30～14:00	New RADICAL VIRTUAL STRETCHING 15 13:30～13:45	New RADICAL VIRTUAL POWER 30 13:45～14:15	RADICAL VIRTUAL MEGADANZ 45 13:30～14:15	New RADICAL VIRTUAL UBOUND 30 13:30～14:00	13 : 00
14 : 00	New RADICAL VIRTUAL OXIGENO 60 14:20～15:20	New RADICAL VIRTUAL FIGHT DO 45 14:20～15:05	RADICAL VIRTUAL FIGHT DO 45 14:15～15:00	New RADICAL VIRTUAL OXIGENO 60 14:00～15:00	New RADICAL VIRTUAL OXIGENO 45 14:45～15:30	RADICAL VIRTUAL POWER 45 14:45～15:30	New RADICAL VIRTUAL FIGHT DO 45 14:30～15:15	14 : 00
15 : 00		RADICAL VIRTUAL STRETCHING 15 15:30～15:45	RADICAL VIRTUAL STRETCHING 15 15:20～15:35					15 : 00
16 : 00		RADICAL VIRTUAL HYPER C 30 16:00～16:30	RADICAL VIRTUAL HYPER C 30 15:50～16:20			RADICAL VIRTUAL OXIGENO 45 16:00～16:45	RADICAL VIRTUAL OXIGENO 15:45～16:30	16 : 00
17 : 00							New RADICAL VIRTUAL HYPER C 30 16:50～17:20	17 : 00
18 : 00	RADICAL VIRTUAL UBOUND 30 17:45～18:15	WARM ウォームスタジオ IR LES MILLS BODYBALANCE 60 / むらた 18:30～19:30	New RADICAL VIRTUAL OXIGENO 45 18:00～18:45	WARM ウォームスタジオ IR LES MILLS BODYBALANCE 45 / むらた 18:35～19:20	RADICAL VIRTUAL MEGADANZ 45 17:00～17:45	RADICAL VIRTUAL HYPER C 30 17:05～17:35	New RADICAL VIRTUAL MEGADANZ 45 17:45～18:30	18 : 00
19 : 00	IR LES MILLS BODYCOMBAT 45 / むらた 18:40～19:25		IR ZUMBA / みやざき 19:10～19:55		RADICAL VIRTUAL POWER 30 18:00～18:30	IR UBOUND 30 / すぎさわ 18:55～19:25	New RADICAL VIRTUAL FIGHT DO 45 19:00～19:45	19 : 00
20 : 00	IR ZUMBA / みやざき 19:50～20:35	IR LES MILLS BODYATTACK 45 / むらた 20:00～20:45	IR LES MILLS BODYCOMBAT 45 / むらた 20:15～21:00	IR LES MILLS BODYCOMBAT 45 / むらた 19:50～20:35	IR UBOUND 45 / すぎさわ 19:45～20:30	IR LES MILLS BODYATTACK 45 / すぎさわ 19:55～20:40	IR UBOUND 60 / すぎさわ 20:15～21:15	20 : 00
21 : 00	RADICAL VIRTUAL MEGADANZ 45 21:00～21:45	RADICAL VIRTUAL HYPER C 30 21:10～21:40	RADICAL VIRTUAL HYPER C 15 21:20～21:35	RADICAL VIRTUAL MEGADANZ 45 21:00～21:45	RADICAL VIRTUAL OXIGENO 45 21:00～21:45	RADICAL VIRTUAL MEGADANZ 45 21:00～21:45		21 : 00