

2026お盆スケジュール

	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日
	日	月	火	水	木	金	土
9:30	通常営業	通常営業	祝日営業	休館日	祝日営業	祝日営業	通常営業
9:45							
10:00			ViPR HIIT 10:00 ~ 11:00		ViPR HIIT 45 10:00 ~ 10:45	ViPR HIIT 10:00 ~ 11:00	
10:15					M		
10:30					Tabata プライオ+ 10:45 ~ 11:15	M	
10:45		M					
11:00					M		
11:15					TRX tunes 11:15 ~ 11:45		
11:30					M		
11:45			ボディコンバット★ 11:45 ~ 12:45			ViPR HIIT 45 11:30 ~ 12:15	
12:00					M		
12:15						M	
12:30	通常営業	通常営業		休館日		Tabata プライオ+ 12:15 ~ 12:45	通常営業
12:45						M	
13:00							
13:15			ViPR HIIT 45 13:15 ~ 14:00		ViPR HIIT 45 13:15 ~ 14:00	ボディバンプ ★ 13:15 ~ 14:15	
13:30							
13:45			Tabata プライオ+ 14:00 ~ 14:30		Tabata プライオ+ 14:00 ~ 14:30		
14:00							
14:15			TRX tunes 14:30 ~ 15:00		TRX tunes 14:30 ~ 15:00		
14:30							
14:45						ボディコンバット★ 14:45 ~ 15:45	
15:00							
15:15							
15:30							
15:45							
16:00	お盆スケジュールのLesmillsプログラムについて ■旧会員様（17年7月以前）は3000円でLesmills（ボディバンプ ボディコンバット ボディバラン ス）にご参加いただけます。 ■火曜・水曜・金曜の固定メンバー様はご予約なしでそのままご参加いただけます。						
16:15							
16:30							
16:45							
17:00							
17:15							