





# ヴィススポーツスクエア

## 7月17日(祝・月)スタジオスケジュール

7月17日(祝・月)								
	Aスタジオ	Bスタジオ						
11:00	コンディショニングストレッチ・石井 11:00~11:30							
12:00	CXWORX・石井 11:45~12:15							
13:00	ボディパンプコラボ 定員 25名 石井&遠藤 12:30~13:30							
14:00	特別レッスン ※詳細は後日発表となります 13:45~14:45							
15:00	SH'BAM TOMOKO 15:00~15:45							
16:00	RPM コラボ 定員 10名 須田&城戸 16:15~17:30							
17:00		 <b>初心者歓迎クラス</b>  <b>整理券配布クラス</b> 整理券はレッスン開始1時間前から マシンカウンターにて配布致しております。 <b>レッスンカテゴリー一覧</b> <table border="1" data-bbox="853 1948 1292 2049"> <tr> <td>リラックス</td> <td>エアロビクス</td> <td>ダンス</td> </tr> <tr> <td>格闘技</td> <td>筋コグ イョギ</td> <td>自転車系</td> </tr> </table>	リラックス	エアロビクス	ダンス	格闘技	筋コグ イョギ	自転車系
リラックス	エアロビクス	ダンス						
格闘技	筋コグ イョギ	自転車系						
18:00								

定員のあるレッスンは開始1時間前より整理券を配布致します  
AM会員・デイトム会員・PM会員・シニア会員の方は時間外利用料金が必要となります