



2026.2月スケジュール

**CHANGE YOUR BODY,
CHANGE YOUR LIFE.™**

※未定や変更がある場合がございます。
日別週替わり表や代行表なども合わせてご確認ください。

	1日(日)		8日(日)		11日(水)		22日(日)		23日(月)	
	6Fスタジオ	5Fスタジオ	6Fスタジオ	5Fスタジオ	6Fスタジオ	5Fスタジオ	6Fスタジオ	5Fスタジオ	6Fスタジオ	5Fスタジオ
10:00										
11:00		10:30-11:30 ヒーリング ヨガ 60 AKARI	10:30-11:15 かんたんステップ 45 45 伏木			10:30-11:30 フローヨガ 60 AKARI	10:30-11:30 LES MILLS BODYATTACK たけちよ		10:30-11:15 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 45 RYOTA NEW	
12:00	12:00-13:00 LES MILLS BODYCOMBAT AKARI		12:00-13:00 LES MILLS BODYATTACK RYOTA		12:00-12:45 スマイルステップ 45 45 板倉		12:00-13:00 LES MILLS BODYCOMBAT たけちよ		12:00-13:00 LES MILLS BODYATTACK RYOTA	
13:00										
14:00	13:30-14:30 LES MILLS BODYJAM 上田		13:30-14:15 かんたんエアロ 45 45 二川		13:30-14:30 LES MILLS BODYCOMBAT AKARI		13:30-14:15 かんたんエアロ 45 45 二川		13:30-14:30 LES MILLS BODYCOMBAT MAHO	
15:00		15:00-16:00 ヨーガ 60 上田		14:45-15:45 パワーヨガ 60 二川	15:00-16:00 エアロ MAX 60 二川			15:00-16:00 ヒーリング ヨガ 60 AKARI	15:00-16:00 LES MILLS BODYJAM MAHO	
16:00										
17:00										
18:00										