

2025年12月 レッスンスケジュール BODYCOMBAT & BODYATTACK

最終更新:
2025年11月20日

日	月	火	水	木	金	土
30	1	2	3 18:00~18:45 BODYCOMBAT まっすー	4	5	6 18:00~18:45 BODYCOMBAT まっすー 19:00~19:45 BODYATTACK まっすー
BODYATTACK再開! 土曜日 19:00~19:45						
7	8	9	10 18:00~18:45 BODYCOMBAT まっすー	11	12	13 18:00~18:45 BODYCOMBAT まっすー 19:00~19:45 BODYATTACK まっすー
14	15	16	17 18:00~18:45 BODYCOMBAT まっすー	18	19	20 18:00~18:45 BODYCOMBAT Yoko 19:00~19:45 BODYATTACK Yoko
21	22	23	24 18:00~18:45 BODYCOMBAT まっすー	25	26	27 18:00~18:45 BODYCOMBAT まっすー 19:00~19:45 BODYATTACK まっすー
28	29	30	31	1 元日	2	3

◆年末休館日のご案内◆ 2025年12月29日(月)~2026年1月3日(土)

※お着替えをされる方/シャワーを浴びる方は、更衣室を利用できます。トレーニング室を利用される場合は、別途入場料400円(税込)が必要です。

会場:体育館地下1階 ストレッチスペース

受付場所:体育館1階ラウンジにて

受付時間:レッスン開始15分前より
(事前予約はできません)

定員:各レッスン20名

レッスン代金:800円



LES MILLS
BODYCOMBAT



荻野運動公園
Ogino Athletics Park

LES MILLS
BODYATTACK