

# 2026年1月 レッスンスケジュール BODYCOMBAT & BODYATTACK

最終更新:  
2025年12月20日

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	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)						
4	5	6	7	8	9	10
	【お知らせ】 新年のレッスンは 1月7日(水)からになります		18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー	BODYATTACK 再開しました! 土曜日19:00~19:45		18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー 19:00~19:45 BODYATTACK まつすー
11	12 成人の日	13	14	15	16	17
			18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー			18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー 19:00~19:45 BODYATTACK まつすー
18	19	20	21	22	23	24
			18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー			18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー 19:00~19:45 BODYATTACK まつすー
25	26	27	28	29	30	31
			18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー			18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー 19:00~19:45 BODYATTACK まつすー

※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**