

BODYCOMBAT & BODYATTACK

最終更新:
2026年1月20日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー	5	6	7 18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー 19:00~19:45 BODYATTACK まつすー
8	9	10	11 建国記念日 18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー	12	13	14 18:00~18:45 BODYCOMBAT Yoko 19:00~19:45 BODYATTACK Yoko
15	16	17	18 18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー	19	20	21 18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー 19:00~19:45 BODYATTACK まつすー
22	23 天皇誕生日	24	25 18:00~18:45 BODYCOMBAT まつすー	26	27	28 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