

LESSON SCHEDULE

2023/8~

Lesson Studio Lapis

		月		火		水		木		金		土		日		
		Aスタ	Cスタ	Aスタ	Cスタ	Aスタ	Cスタ	Aスタ	Cスタ	Aスタ	Cスタ	Aスタ	Cスタ	Aスタ	Cスタ	
A	①9:30~10:30 or ②10:30~11:30															
B	①11:00~12:00 or ②11:00~11:45 or ③11:30~12:15															
C	①12:30~13:30 or ②12:30~13:15 or ③12:30~13:00															
D	①14:00~15:00 or ②13:30~14:15															
E	①15:30~16:30 or ②15:30~16:15 or ③15:00~16:00															
F	①17:00~18:00 or ②18:15~19:15															
G	①19:00~20:00 or ②19:00~19:45 or ③19:30~20:00															
H	①20:30~21:30 or ②20:30~21:15															

8/9,8/30の隔週実施

UNG JUMP、シェイプアップピラティスは8/4、8/18の実施で

※ DVBB系、Board30、BODYCOMBAT、BODYJAM、BODYBALANCEは45分、UBOUND、UNG JUMPは30分です。タイムスケジュールの記入無しは①が適用です。

※コラーゲンレッスンは回数券とは別にコラーゲン料金が必要となります。8/10、8/31はスケジュール通り実施。8/17、8/24は19:00よりBoard30Beginner (CHIE)となり、UNG JUMP、BODY COMBATはお休みです。