

2026年10月～ 12月 フィットネススクールタイムスケジュール(有料)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜日	日曜日
	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア
9:00						
10:00						
11:00						
12:00						
13:00	TRYnations 13:00～14:00 LEVEL2 高光				TRYnations 13:00～14:00 LEVEL1 山際	
14:00						
15:00					bodyREmake 14:30～15:30 宮本	
16:00						
17:00						
18:00						
19:00	TRYnations 18:45～19:45 LEVEL1 竹内			TRYnations 19:00～20:00 LEVEL3 宮本	■定員人数 トライネーション LV1～LV4 10名 ボディメイク 7名	
20:00	TRYnations 20:00～21:00 LEVEL3 竹内					
21:00		TRYnations 20:45～21:45 LEVEL2 竹内				
22:00						