

# 2024年10～12月フィットネススクールタイムスケジュール(有料)

|       | 火曜日   | 水曜日  | 木曜日  | 金曜日  | 土曜日   | 日曜日  |
|-------|---|--|--|--|---|--|
| 10:00 | 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  |
| 11:00 | <b>TRYnations</b><br>▼LEVEL2<br>5つの基本動作を理論と実践の両面で習得し<br>トレーニングの充実をはかるクラス<br>※LEVEL2から入会OK |  |  |  |   | <b>TRYnations</b><br>11:00～12:00<br>レベル2 宮川<br>定員6名  |
| 12:00 | <b>TRYnations</b><br>▼LEVEL1<br>正しい動作、正確なフォーム習得を<br>目的にトレーニングを楽しむクラス                      |  |  |  |   | <b>TRYnations</b><br>12:00～13:00<br>レベル1 宮川<br>定員:4名 |
| 13:00 |   |  |  |  |   |  |
| 14:00 |   |  |  |  |   |  |
| 15:00 | <b>TRYnations</b><br>14:30～15:30<br>レベル1 城野<br>定員:4名                                      | <b>TRYnations</b><br>14:30～15:30<br>レベル2 松村<br>定員:6名 | <b>TRYnations</b><br>14:30～15:30<br>レベル1 松村<br>定員:4名 | <b>TRYnations</b><br>15:00～16:00<br>レベル2 城野<br>定員:6名 | <b>TRYnations</b><br>15:00～16:00<br>レベル2 越智<br>定員:6名                                  |  |
| 16:00 |   |  |  |  |   |  |
| 17:00 |   |  |  |  |   |  |
| 18:00 |   |  |  |  |   |  |
| 19:00 | <b>TRYnations</b><br>19:00～20:00<br>レベル1 相澤<br>定員4名                                       | <b>TRYnations</b><br>19:00～20:00<br>レベル2 松村<br>定員:6名 | <b>TRYnations</b><br>19:00～20:00<br>レベル1 松村<br>定員:4名 | <b>TRYnations</b><br>19:00～20:00<br>レベル3 内藤<br>定員:6名 |   |  |
| 20:00 | <b>TRYnations</b><br>20:00～21:00<br>レベル2 越智<br>定員6名                                       | <b>TRYnations</b><br>20:00～21:00<br>レベル1 相澤<br>定員4名  | <b>TRYnations</b><br>20:00～21:00<br>レベル2 宮川<br>定員:6名 | <b>TRYnations</b><br>20:00～21:00<br>レベル2 山口<br>定員:6名 | <b>各クラス定員</b><br><b>TRYnations</b> 4名<br><b>TRYnations</b> 6名<br><b>TRYnations</b> 6名 |  |
| 21:00 |   |  |  |  |   |  |
| 22:00 |   |  |  |  |   |  |
| 23:00 |   |  |  |  |   |  |