

TOKINOサイクリングフィットネススクール 4月 タイムスケジュール

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
10:00~21:00	10:00~21:30	9:00~21:30	10:00~20:00	休 館 日	9:00~11:30	10:00~13:00
BIKE	BIKE	BIKE	BIKE		BIKE	BIKE
		9:30 - 9:50			9:30 - 9:50	
		P0			P0	
		MANO			西海	
10:30 - 10:50	10:30 - 11:00	10:20 - 10:50	10:30 - 11:00		10:20 - 11:00	10:30 - 11:10
P0	P1	P1	P1		P2	P2
OSAYA	MANO	MANO	MANO		西海	RUKI
11:20 - 12:00	11:30 - 11:50		11:30 - 12:10		11:30 - 12:00	11:40 - 12:10
P2	P0		P2		P1	P1
OSAYA	RYOKO		MANO		RYOKO	RUKI
17:00 - 17:30						
P1						
具志堅						
18:30 - 19:10		18:40 - 19:20	18:40 - 19:30			
P2		P2	P3			
具志堅		RUKI	RYOKO			
19:40 - 20:10	20:00 - 20:40	19:50 - 20:20	20:00 - 20:30			
P1	P2	P1	P1			
具志堅	直井	RUKI	直井			

■各クラスのご案内

クラス	内 容
P0	トキノサイクリングの入門クラス 20min 400Kcal
P1	トキノサイクリングのレギュラークラス 30min 500kcal
P2	しっかり汗をかきたい方のためのクラス 40min 600kcal
P3	ご自身を追い込んでさらに達成感を得られるクラス 50min 800kcal

■料金のご案内

1か月料金

9,680円(税込)

重複受講の場合

7,480円(税込)