

CYCLESTUDIO 【CHAIN】土浦店 11月スケジュール 2019年10月24日更新

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
10					休館日		10:30~11:10 LESMILLS RPM	10
							SHO	
11							11:30~12:10 LESMILLS sprint	11
							SHO	
12							12:30~13:20 LESMILLS THE TRIP 暗闇VR	12
13						13:30~14:10 LESMILLS RPM		13
						KOJI		
14						14:30~15:10 LESMILLS sprint		14
						KOJI		
15						15:30~16:20 LESMILLS THE TRIP 暗闇VR	15:30~16:10 LESMILLS RPM	15
							KOTONE	
16							16:30~17:20 LESMILLS THE TRIP 暗闇VR	16
17						17:30~18:10 LESMILLS RPM	17:40~18:20 LESMILLS sprint	17
						YASU	KOTONE	
18	※11/4は休講となり、イベントレッスンとなります。	18:50~19:40 LESMILLS THE TRIP 暗闇VR	19:00~19:40 LESMILLS RPM	18:50~19:30 LESMILLS sprint		18:30~19:10 LESMILLS sprint		18
	19:00~19:40 LESMILLS sprint		19:00~19:40 LESMILLS RPM	19:50~20:40 LESMILLS THE TRIP 暗闇VR		YASU		
19	YASU		KOTONE			19:30~20:20 LESMILLS THE TRIP 暗闇VR		19
	20:00~20:50 LESMILLS THE TRIP 暗闇VR	20:00~20:40 LESMILLS RPM	20:00~20:40 LESMILLS sprint			※11/23は休講となります。		
20		SHO	KOTONE					20
	21:10~21:50 LESMILLS RPM	21:00~21:40 LESMILLS sprint	21:00~21:50 LESMILLS THE TRIP 暗闇VR	21:00~21:40 LESMILLS RPM				
21	YASU	SHO		KOJI				21
22								22

レッスン参加の際は、裏面プログラムガイドの強度をご確認ください。

レッスン時間の表記は、レッスン前5分に準備と説明、後ろ5分片付けを含めた時間を表記しております。

各クラス定員は20名となります。受講には事前に予約が必要となります。