

CYCLESTUDIO 【CHAIN】 土浦店 2020年8月クラススケジュール

CHAIN会員の皆様へ

レッスン実施に伴い、以下の点にご協力をお願い致します。

- ・風邪の症状がある方のご参加はご遠慮ください。(37.5度以上の熱、咳やくしゃみなどの症状)
- ・レッスン受講時はマスク着用としております。(インストラクターも着用いたします)
- ・レッスン入場時、手指の消毒にご協力ください。
- ・レッスン後は速やかに着替え、水分補給など体調管理をお願いします。

8月1日(土)～8月31日(月)

※プログラムの横の数字は使用するミュージックナンバーです。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜日	日曜日
8月1日(土)～8月10日(月) インボディ測定期間 !! ■CHAIN会員の方は無料で測定できます。 ■トレーニングジムカウンターでお声掛けください。 いよいよ夏本番!! 新たなトレーニングへのモチベーションを作りましょう!					
				KOJI	SHO
				10:40～11:20	10:40～11:20
				RPM 87	RPM 84
			11:40～12:30 THE TRIP 20 VR 40分	11:40～12:20	11:40～12:20
				SPRINT 20	SPRINT 17
	12:50～13:40 THE TRIP 17 VR 40分		12:50～13:20 SPRINT 18 V R 30分		12:40～13:30 THE TRIP 17 VR 40分
	14:00～14:30 RPM 86 V R 30分				
		14:10～14:40 RPM 85 V R 30分			
		15:00～15:50 THE TRIP 18 VR 40分			KOTONE
					15:30～16:10 RPM 85
					16:30～17:20 THE TRIP 17 VR 40分
				YASU	17:40～18:20
	KOJI	KOTONE		RPM 86	SPRINT 18
YASU	18:40～19:20	18:30～19:10	SHO	18:40～19:30	
19:00～19:40	SPRINT 20	RPM 85	18:50～19:30	THE TRIP 20 VR 40分	
SPRINT 19	19:40～20:30	19:30～20:00	SPRINT 17	19:50～20:30	
	RPM 87	RPM 85	19:50～20:20	SPRINT 19	
20:00～20:50	45分	V R 30分	SPRINT 18		
THE TRIP 18	20:20～21:00		V R 30分		
VR 40分	SPRINT 18		20:40～21:30		
21:10～21:50	THE TRIP 20 VR 40分		RPM 84		
RPM 86			45分		

8月10日(月)山の日

YASU
11:40～12:30
THE TRIP 18
VR 40分
12:50～13:30
山の日
スペシャルレッスン

30分程度のクラスを実施します。
内容は当日のお楽しみ!!

【キャンセルルール特別対応について】

8月も引き続き、体調不良や新型コロナウイルスに関係性のあるキャンセルについては、レッスン開始時刻前までにご連絡いただければ、キャンセル料金を免除にてご対応いたします。

※キャンセル待ちの方への配慮のため、可能な限り2時間前までのご連絡にご協力お願い致します。
※詳細につきましては、館内掲示ポスター、ホームページ(スケジュール情報)をご確認ください。

プログラムガイド、ご利用案内は裏面へGO!

