

月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日				
メイン スタジオ	グリーンスタジオ	グリーンスタジオ	トレーニング スタジオ	メイン スタジオ	グリーンスタジオ	グリーンスタジオ	トレーニング スタジオ	メイン スタジオ	グリーンスタジオ	グリーンスタジオ	トレーニング スタジオ	メイン スタジオ	グリーンスタジオ	グリーンスタジオ	トレーニング スタジオ	メイン スタジオ	グリーンスタジオ	グリーンスタジオ	トレーニング スタジオ	メイン スタジオ	グリーンスタジオ	グリーンスタジオ	トレーニング スタジオ	
	テニスコート	テニスコート		アナザーエリア	アナザーエリア	カルチャースタジオ	カルチャースタジオ	カルチャースタジオ	カルチャースタジオ	カルチャースタジオ		カルチャースタジオ	カルチャースタジオ	カルチャースタジオ		カルチャースタジオ	カルチャースタジオ	カルチャースタジオ	カルチャースタジオ	カルチャースタジオ	カルチャースタジオ			
11:00																								
11:00	11:00-11:50 骨盤 ストレッチ 野村				10:40-10:55 からだほぐし 岸本																			
12:00	12:00-12:20 サーキット トレーニング 池田				11:00-11:55 朝ヨガ 岸本																			
13:00																								
14:00																								
15:00	15:10-16:00 キックボクシング 初中級 島				14:00-15:00 キック ボクシング 初中級 島 BFA限定																			
16:00																								
18:00																								
19:00	19:00-19:50 キック ボクシング 初級 田中雄基				18:00-19:50 ボクシング 初心者～実戦 久保田																			
20:00	20:00-20:20 脂肪燃焼 サーキット 森下				19:00-19:55 パワーヨガ 岸本																			
21:00																								
22:00																								

2F営業時間  
月-金曜日  
**10:00~23:45**  
土曜日  
**10:00~21:00**  
日曜日  
**10:00~18:00**

メインスタジオ

トレーニングスタジオ

グリーンスタジオ

アナザーエリア

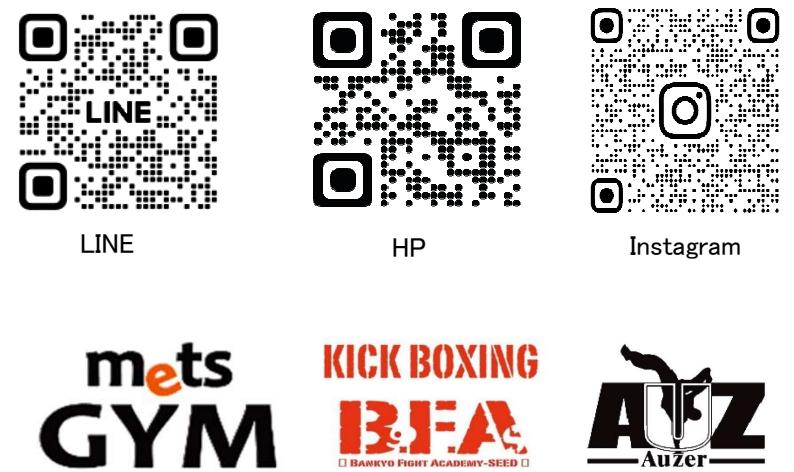
カルチャースタジオ

テニスコート

マットを使うレッスンです。

NEW

新規追加・変更点



**mets GYM**  
**KICK BOXING**  
**B.F.A.**  
BANKYO FIGHT ACADEMY-SEED

**Auzer**