

Bスタジオ セルフタイム バーチャルスケジュール

DAY TIME	月	火	水	木	金	土	日	DAY TIME
10:00~22:00はタイムスケジュールをご確認ください。								
22:00	ボディコンバット30	レズミルズグリット	ボディアタック30	レズミルズコア	ボディアタック30	レズミルズグリット	レズミルズダンス30	22:00
22:30	22:00~22:30	22:00~22:30	22:00~22:30	22:00~22:30	22:00~22:30	21:45~22:15	22:10~22:40	22:30
23:00	ボディアタック30	ボディバランス30	ボディコンバット30	レズミルズグリット	ボディコンバット30	レズミルズコア	レズミルズグリット	23:00
23:30	レズミルズグリット	レズミルズダンス30	レズミルズグリット	ボディコンバット30	レズミルズグリット	ボディアタック30	ボディバランス30	23:30
0:00	レズミルズダンス30	ボディアタック30	レズミルズダンス30	ボディバランス30	レズミルズコア	ボディコンバット30	レズミルズコア	0:00
0:30	ボディアタック30	レズミルズコア	ボディバランス30	レズミルズダンス30	ボディバランス30	レズミルズダンス30	ボディコンバット30	0:30
1:00	レズミルズコア	ボディコンバット30	レズミルズコア	ボディアタック30	レズミルズダンス30	ボディバランス30	レズミルズダンス30	1:00
1:30	ボディコンバット30	レズミルズグリット	ボディアタック30	レズミルズコア	ボディアタック30	レズミルズコア	ボディバランス30	1:30
2:00	レズミルズダンス30	ボディバランス30	レズミルズグリット	ボディバランス30	レズミルズコア	ボディアタック30	レズミルズコア	2:00
2:30	レズミルズダンス30	ボディバランス30	レズミルズグリット	ボディバランス30	レズミルズコア	ボディアタック30	レズミルズコア	2:30
3:00	レズミルズコア	レズミルズダンス30	ボディコンバット30	レズミルズグリット	レズミルズダンス30	レズミルズグリット	ボディアタック30	3:00
3:30	ボディバランス30	レズミルズコア	レズミルズダンス30	ボディコンバット30	レズミルズグリット	ボディバランス30	レズミルズグリット	3:30
4:00	ボディコンバット30	ボディバランス30	レズミルズコア	レズミルズダンス30	ボディコンバット30	ボディアタック30	ボディバランス30	4:00
4:30	レズミルズグリット	ボディコンバット30	ボディバランス30	レズミルズコア	レズミルズダンス30	レズミルズダンス30	ボディアタック30	4:30
5:00	レズミルズコア	レズミルズグリット	ボディコンバット30	ボディバランス30	レズミルズコア	ボディコンバット30	レズミルズダンス30	5:00
5:30	レズミルズダンス30	レズミルズコア	レズミルズグリット	ボディコンバット30	ボディバランス30	レズミルズコア	ボディコンバット30	5:30
6:00	ボディバランス30	レズミルズダンス30	レズミルズコア	レズミルズグリット	ボディコンバット30	レズミルズグリット	レズミルズコア	6:00
6:30	ボディコンバット30	ボディバランス30	レズミルズダンス30	レズミルズコア	レズミルズグリット	ボディバランス30	レズミルズグリット	6:30
7:00	レズミルズダンス30	レズミルズコア	レズミルズグリット	ボディコンバット30	ボディバランス30	レズミルズコア	ボディコンバット30	7:00
7:30	ボディバランス30	レズミルズダンス30	レズミルズコア	レズミルズグリット	ボディコンバット30	レズミルズグリット	レズミルズコア	7:30
8:00	ボディコンバット30	ボディバランス30	レズミルズダンス30	レズミルズコア	レズミルズグリット	ボディバランス30	レズミルズグリット	8:00
8:30	レズミルズコア30	ボディコンバット30	ボディバランス30	レズミルズダンス30	ボディアタック30	レズミルズコア	ボディバランス30	8:30
9:00		レズミルズダンス30	ボディコンバット30	ボディバランス30	レズミルズコア	ボディコンバット30	レズミルズコア15	9:00
9:30		9:15~9:45	9:15~9:45	9:15~9:45	9:15~9:45	9:10~9:40	9:25~9:40	9:30

Bスタジオ セルフタイム バーチャルスケジュール

DAY TIME	土	日	DAY TIME
18 : 00～22 : 00のスケジュールはこちら			
	ボディバランス30	ボディバランス30	
	18 : 00～18 : 30	18 : 00～18 : 30	
	レスミルズダンス30	レスミルズグリット30	
	18 : 35～19 : 05	18 : 35～19 : 05	
	ボディアタック30	ボディコンバット30	
	19 : 20～19 : 50	19 : 10～19 : 40	
	レスミルズコア15	ボディアタック30	
	19 : 55～20 : 10	19 : 45～20 : 15	
	レスミルズグリット30	レスミルズダンス30	
	20 : 25～20 : 55	20 : 30～21 : 00	
	ボディコンバット30	ボディバランス30	
	21 : 00～21 : 30	21 : 00～21 : 30	
		レスミルズコア15	
		21 : 45～22 : 00	