

	1月1日(水)	1月2日(木)	1月3日(金)	1月4日(土)	1月5日(日)	1月8日(水)
9:00						
9:30						
10:00						
10:30			Ⓞ LESMILLS BODYATTACK			
11:00						
11:30			Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE			
12:00						
12:30						
13:00						
13:30						
14:00						
14:30						
15:00						
15:30						
16:00						
16:30						
17:00						
17:30						Ⓞ LESMILLS BODYATTACK
18:00						
18:30	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK				Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE
19:00						
19:30	Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE	Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE		Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK	Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT
20:00						
20:30	Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT	Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT		Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE	Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK
21:00						
21:30						
22:00						

	1月15日(水)	1月19日(日)	1月22日(水)	1月24日(金)	1月26日(日)	1月29日(水)
9:00						
9:30						
10:00						
10:30						
11:00						
11:30						
12:00						
12:30						
13:00						
13:30						
14:00						
14:30						
15:00						
15:30						
16:00						
16:30						
17:00						
17:30	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK		Ⓞ LESMILLS BODYATTACK	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK		Ⓞ LESMILLS BODYATTACK
18:00						
18:30	Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK	Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE	Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK	Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE
19:00						
19:30	Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT	Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE	Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT	Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT	Ⓞ LESMILLS BODYBALANCE	Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT
20:00						
20:30	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK	Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK	Ⓞ LESMILLS BODYCOMBAT	Ⓞ LESMILLS BODYATTACK
21:00						
21:30						
22:00						