LeXy Fit

2026年 11月 松阪 STUDIO LIVE PROGRAM

LesMILLS Live Program

LesMILLS BODYCOMBAT 定員 15 名様
火曜日 19:30～20:15 （山口）

LesMILLS BODYATTACK 定員 12 名様
水曜日 19:30～20:15 （橋本）

LesMILLS BODYPUMP 定員 10 名様
土曜日 15:30～16:15 （中瀬）

＊プログラム開始15分前からご入室いただけます

YOGA

定員 15 名様

【ベーシックヨガ】
火曜日 11:00～12:00(RYOMA)



【パワーヨガ】
火曜日 20:45～21:45(戸神)

【体ほぐしヨガ】
木曜日 11:00～11:45 (MIYAKO)



【ダイナミックフローヨガ】
金曜日 20:45～21:45(Ellie)

＊開始15分前からご入室いただけます

Let's DANCE

毎週月曜日
19:30～20:30
インストラクター coco6



定員先着 15 名様
*開始15分前から入室していただけます

バランスボールエクササイズ

毎週水曜日
11:00～11:45
定員12名様



＊開始15分前から入室していただけます

Balletone

Something for everyBODY!



毎週木曜日
12:00～12:30
定員 15 名様
＊開始10分前から入室していただけます

マットピラティス

毎週土曜日 14:00～15:00
担当：中瀬
定員 15 名



BUNGEE SUPER FLY

11月度休講

定員5名 前日までにご予約いただきますようよろしくお願いいたします。

Lewayoga レヴァヨガ (ハンモックヨガ)

Luana ルアナ
リラクゼーションクラス

日曜日 16:30～17:30
定員 5 名様

〈会員様〉
1回 1,100円
回数券（5回）4,400円

〈ビジター〉
初回 2,200円
通常 3,300円
GYM併用 4,950円
回数券（4回）11,000円

※全て税込
※回数券の共用は不可

★前々日13時までのご予約をお願いいたします

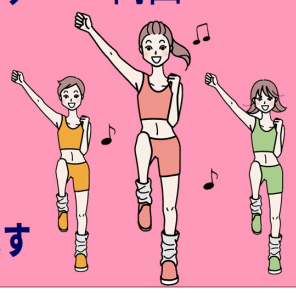
Hula

毎週月曜日
11：00～12：00
定員 12 名

プログラム開始 15 分前からご入室いただけます

エアロビクス

毎週 木曜日
19：30～20：30 楽しくエアロ
毎週 金曜日
11：00～11：45 初めてエアロ
インストラクター 円山



定員先着 12 名様
＊プログラム開始
15分前からご入室いただけます

KIDS DANCE

KIDSDANCE会員様限定レッスン

対象：小学校1年生～6年生

毎週 月曜日
18：00～19：00
*超入門クラス
インストラクター coco6

