



LeXy Fit 高茶屋 STUDIO LIVE PROGRAM

LES MILLS Live Program

LES MILLS BODY PUMP

毎週金曜日

19:30~20:15

担当：中瀬

定員 10名様

※プログラム開始 15分前 から入室していただけます

Balletone®
Something for everyBODY!

毎週 木曜日
19:30~20:15



定員先着
15名様

プログラム開始 15分前 から入室していただけます

KIDS DANCE

KIDS DANCE会員様限定Liveレッスン

毎週 水曜日

18:00~19:00

インストラクター
HAZUKI

入会資格：小学生
ご入会はフロントにて

YOGA

月曜日 19:30~20:15(MIYAKO)

【エナジーフローYOGA】

水曜日 14:00~15:00(戸神)

【リフレッシュヨガ】

土曜日 11:00~12:00(Chica)

【ヨガストレッチ】



先着15名様

※開始 15分前 から入室していただけます

マットピラティス

毎週 金曜日
14:00~15:00

定員 15名



※開始 15分前 から入室していただけます

簡単エアロ

毎週 水曜日

19:30~20:30

定員先着 15名様



※プログラム開始 15分前 から入室していただけます