

	月	火	水	木	金	土
9:00						RUN 9:00～
9:30						
10:00						
10:30	ボディメイク 10:30～				ボディメイク 10:30～	ボディメイク 10:00～
11:00						
11:30						
12:00						
12:30		ボディメイク 12:30～				ボディメイク 12:00～
13:00						
13:30				ボディメイク 13:00～	ボディメイク 13:00～	
14:00			NEW			
14:30	ボディメイク 14:30～	ボディメイク 14:00～	NEW	ボディメイク 14:00～		ボディメイク 14:00～
15:00		ヨガ 15:00～	NEW			
15:30					ボディメイク 15:00～	
16:00						ボディメイク 15:30～
16:30						
17:00						
17:30	ボディメイク 17:00～			ボディメイク 17:00～		ヨガ 17:00～
18:00						
18:30						
19:00			NEW	ボディメイク 18:30～		
19:30	ピラティス 19:30～	RUN 19:00～	NEW		RUN 19:00～	ボディメイク 19:00～
20:00						
20:30						
21:00			NEW			
21:30	ボディメイク 21:00～	RUN 21:00～	NEW	ヨガ 20:45～	ボディメイク 21:00～	
22:00						
22:30						
23:00						

スポーツジム Lavita  
☎ 0985-73-9158  
定休日 日曜日

おかげさまで4周年。ヨガのレッスンが増えました^^この機会に会員の皆様もヨガをご体験ください!通常1,000円→500円