

	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	
00:00	LES MILLS DANCE 0:00-0:30 30分	LES MILLS BODYBALANCE 0:00-0:45 45分	LES MILLS CORE 0:10-0:55 45分	LES MILLS BODYBALANCE 0:00-1:00 60分	LES MILLS BODYBALANCE 0:00-0:45 45分	LES MILLS DANCE 0:00-0:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 0:15-1:00 45分	00:00
1:00	LES MILLS BODYBALANCE 0:45-1:30 45分	LES MILLS DANCE 1:00-1:30 30分	LES MILLS BODYATTACK 1:00-1:30 30分	LES MILLS BODYCOMBAT 1:15-1:45 30分	LES MILLS DANCE 1:00-1:30 30分	LES MILLS BODYBALANCE 1:00-1:30 30分	LES MILLS CORE 1:15-1:45 30分	1:00
2:00	LES MILLS CORE 2:00-2:45 45分	LES MILLS BODYATTACK 2:00-2:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 2:00-2:30 30分	LES MILLS BODYBALANCE 2:00-2:45 45分	LES MILLS CORE 2:00-2:30 30分	LES MILLS BODYCOMBAT 2:00-2:30 30分	LES MILLS DANCE 2:00-2:30 30分	2:00
3:00	LES MILLS BODYCOMBAT 3:00-3:30 30分	LES MILLS CORE 3:00-3:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 3:00-3:45 45分	LES MILLS BODYATTACK 3:00-3:30 30分	LES MILLS DANCE 3:00-3:45 45分	LES MILLS CORE 3:00-3:30 30分	LES MILLS BODYBALANCE 3:00-3:30 30分	3:00
4:00	LES MILLS BODYBALANCE 4:00-4:45 45分	LES MILLS DANCE 4:00-4:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 4:00-4:30 30分	LES MILLS CORE 4:00-4:30 30分	LES MILLS BODYBALANCE 4:00-4:30 30分	LES MILLS BODYATTACK 4:00-4:30 30分	LES MILLS CORE 4:00-4:30 30分	4:00
5:00	LES MILLS DANCE 5:00-5:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 5:00-5:45 45分	LES MILLS BODYATTACK 5:00-5:30 30分	LES MILLS DANCE 5:00-5:45 45分	LES MILLS CORE 5:00-5:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 5:00-5:45 45分	LES MILLS DANCE 5:00-5:45 45分	5:00
6:00	LES MILLS CORE 6:00-6:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 6:00-6:45 45分	LES MILLS CORE 6:00-6:30 30分	LES MILLS BODYBALANCE 6:00-6:45 45分	LES MILLS DANCE 6:00-6:45 45分	LES MILLS CORE 6:00-6:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 6:00-6:45 45分	6:00
7:00	LES MILLS BODYATTACK 7:00-7:30 30分	LES MILLS DANCE 7:00-7:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 7:00-7:30 30分	LES MILLS CORE 7:00-7:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 7:00-7:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 7:00-7:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 7:00-7:45 45分	7:00
8:00	LES MILLS CORE 8:00-8:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 8:00-9:00 60分	LES MILLS CORE 8:00-8:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 8:00-9:00 60分	LES MILLS CORE 8:00-8:45 45分	LES MILLS CORE 8:00-8:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 8:00-8:45 45分	8:00
9:00	LES MILLS BODYBALANCE 9:00-10:00 60分	LES MILLS CORE 9:10-9:55 45分	LES MILLS BODYBALANCE 9:00-10:00 60分	LES MILLS DANCE 9:10-9:55 45分	LES MILLS BODYBALANCE 9:00-10:00 60分	LES MILLS BODYCOMBAT 9:00-10:00 60分	LES MILLS DANCE 9:00-9:45 45分	9:00
10:00	LES MILLS DANCE 10:10-10:55 45分	LES MILLS BODYBALANCE 10:00-10:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 10:10-10:55 45分	LES MILLS BODYBALANCE 10:00-10:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 10:10-10:55 45分	LES MILLS DANCE 10:10-10:55 45分	LES MILLS BODYATTACK 10:00-11:00 60分	10:00
11:00	LES MILLS BODYCOMBAT 11:00-11:30 30分	LES MILLS DANCE 10:55-11:40 45分	LES MILLS DANCE 11:00-11:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 11:00-11:30 30分	LES MILLS DANCE 11:00-11:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 11:00-12:00 60分	LES MILLS CORE 11:15-12:00 45分	11:00
12:00	LES MILLS BODYATTACK 11:45-12:30 45分	LES MILLS BODYBALANCE 11:45-12:45 60分	LES MILLS BODYCOMBAT 12:00-12:45 45分	LES MILLS CORE 11:45-12:30 45分	LES MILLS BODYBALANCE 12:00-13:00 60分	LES MILLS BODYCOMBAT 12:15-12:45 30分	LES MILLS DANCE 12:10-12:55 45分	12:00
13:00	LES MILLS BODYBALANCE 13:00-14:00 60分	LES MILLS CORE 13:00-13:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 13:00-14:00 60分	LES MILLS DANCE 13:00-13:45 45分	LES MILLS CORE 13:10-13:55 45分	LES MILLS CORE 13:00-13:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 13:00-13:45 45分	13:00
14:00	LES MILLS CORE 14:15-14:45 30分	LES MILLS BODYBALANCE 14:00-15:00 60分	LES MILLS DANCE 14:10-14:55 45分	LES MILLS BODYBALANCE 14:00-15:00 60分	LES MILLS BODYBALANCE 14:00-15:00 60分	LES MILLS BODYATTACK 14:00-14:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 14:15-15:15 60分	14:00
15:00	LES MILLS BODYBALANCE 15:00-16:00 60分	LES MILLS DANCE 15:10-15:55 45分	LES MILLS BODYBALANCE 15:00-16:00 60分	LES MILLS CORE 15:10-15:55 45分	LES MILLS DANCE 15:10-15:55 45分	LES MILLS BODYBALANCE 15:00-16:00 60分	LES MILLS DANCE 15:30-16:15 45分	15:00
16:00	LES MILLS DANCE 16:10-16:55 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 16:00-16:45 45分	LES MILLS CORE 16:10-16:55 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 16:00-16:45 45分	LES MILLS CORE 16:10-16:55 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 16:10-16:55 45分	LES MILLS BODYBALANCE 16:30-17:30 60分	16:00
17:00	LES MILLS BODYATTACK 17:00-17:45 45分	LES MILLS DANCE 17:00-17:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 17:00-17:45 45分	LES MILLS DANCE 17:00-17:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 17:00-17:45 45分	LES MILLS DANCE 17:00-17:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 17:45-18:15 30分	17:00
18:00	LES MILLS CORE 18:15-18:45 30分	LES MILLS BODYBALANCE 18:00-18:4 45分	LES MILLS BODYBALANCE 18:00-19:00 60分	LES MILLS BODYCOMBAT 17:50-18:20 30分	LES MILLS BODYBALANCE 18:00-19:00 60分	LES MILLS BODYATTACK 18:00-18:45 45分	LES MILLS DANCE 18:30-19:00 30分	18:00
19:00	LES MILLS DANCE 19:00-19:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 19:00-19:45 45分	LES MILLS DANCE 19:15-19:45 30分	LES MILLS BODYATTACK 18:30-19:00 30分	LES MILLS BODYCOMBAT 19:20-19:50 30分	LES MILLS BODYCOMBAT 19:00-19:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 19:10-19:55 45分	19:00
20:00	LES MILLS BODYBALANCE 19:50-20:20 30分	LES MILLS BODYBALANCE 20:00-21:00 60分	LES MILLS BODYCOMBAT 20:00-21:00 60分	LES MILLS BODYCOMBAT 19:05-19:35 30分	LES MILLS DANCE 20:00-20:45 45分	LES MILLS BODYBALANCE 20:00-20:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 20:00-20:45 45分	20:00
21:00	LES MILLS BODYCOMBAT 21:10-21:40 30分	LES MILLS DANCE 21:10-21:55 45分	LES MILLS CORE 21:10-21:40 30分	LES MILLS CORE 21:10-21:55 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 20:55-21:40 45分	LES MILLS CORE 21:00-21:45 45分	LES MILLS BODYATTACK 21:00-21:30 30分	21:00
22:00	LES MILLS BODYBALANCE 22:00-22:45 45分	LES MILLS CORE 22:00-22:45 45分	LES MILLS BODYATTACK 22:30-23:00 30分	LES MILLS BODYBALANCE 22:00-23:00 60分	LES MILLS BODYBALANCE 22:20-22:50 30分	LES MILLS DANCE 22:00-22:45 45分	LES MILLS DANCE 21:45-22:30 45分	22:00
23:00	LES MILLS DANCE 23:00-23:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 23:00-23:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 23:10-23:55 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 23:10-23:55 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 23:00-23:45 45分	LES MILLS BODYCOMBAT 23:00-24:00 60分	LES MILLS CORE 22:45-23:30 45分	23:00