

2024年7月バーチャルレッスン ナンバー確認表※灰色は前月からの変更

	時間	レッスン	ナンバー
月曜日	10:45	RPM	99
	12:00	BODYBALANCE	ランダム
	14:00	BODYCOMBAT	ランダム
	15:00	THE TRIP	ランダム
	15:00	BODYATTACK	123
	16:00	SH'BAM	ランダム
	18:30	RPM	ランダム
	19:15	BODYCOMBAT	ランダム
	19:45	THE TRIP	ランダム
	21:30	SPRINT	28
火曜日	10:00	SH'BAM	ランダム
	10:15	SPRINT	ランダム
	13:00	THE TRIP	ランダム
	16:00	BODYPUMP	ランダム
	17:00	SPRINT	34
	21:15	THE TRIP	ランダム
水曜日	9:30	RPM	96
	10:30	SPRINT	32
	11:45	THE TRIP	ランダム
	15:45	BODYATTACK	122
	16:00	RPM	ランダム
	18:15	THE TRIP	36
木曜日	9:30	RPM	ランダム
	9:45	BODYBALANCE	ランダム
	10:45	SPRINT	33
	13:45	THE TRIP	ランダム
	14:45	BODYPUMP	ランダム
	15:45	RPM	95
	16:30	SPRINT	34
	19:30	THE TRIP	ランダム
	20:45	RPM	ランダム
	21:30	BODYPUMP	ランダム
	21:30	SPRINT	ランダム
金曜日	11:30	SPRINT	ランダム
	13:00	THE TRIP	ランダム
	14:45	RPM	101
	15:45	SPRINT	33
	16:15	BODYPUMP	128
	17:00	THE TRIP	23
	20:00	SPRINT	ランダム
	20:45	THE TRIP	ランダム
土曜日	10:00	SPRINT	ランダム
	10:45	SH'BAM(6, 20日)	ランダム
	12:15	RPM	ランダム
	14:15	RPM	99
	15:00	THE TRIP	ランダム
	16:15	THE TRIP	ランダム
	17:45	BODYCOMBAT	98
	18:00	SPRINT	ランダム
	19:00	RPM	ランダム
日曜日	10:00	THE TRIP	ランダム
	11:30	SPRINT	ランダム
	14:00	RPM	ランダム
	16:15	BODYCOMBAT(7, 21日)	ランダム
	17:15	RPM	101
	19:00	THE TRIP	20
	19:00	BODYPUMP	ランダム