

WELLB 1月レッスンスケジュール

会員システムより事前予約ができます (1日:4コマまで 最大:12本まで予約可能)

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	
09:00															09:00
15															15
30	スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		30
45											WELLB KIDS M&M Academy (運動神経向上) キッズ 10:00~10:50		スタジオ 開放時間		45
10:00															10:00
15															15
30	スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間	月1回開催 30日	スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		30
45										マドボラティス 10:15~11:15 NAG		WELLB KIDS M&M Academy (運動神経向上) キッズ 10:50~10:50		45	
11:00															11:00
15															15
30	スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間	月1回開催 30日	スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		30
45												WELLB KIDS M&M Academy (運動神経向上) ジュニアI 11:00~11:50		45	
12:00															12:00
15															15
30	スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間	月1回開催 30日	スタジオ 開放時間		スタジオ 開放時間		30
45												WELLB KIDS M&M Academy (運動神経向上) ジュニアII 12:00~12:50		45	
13:00															13:00
15															15
30	ビラトレ 13:05~13:50 ERI														30
45															45
14:00															14:00
15															15
30	リフレッシュヨガ 14:00~15:00 ER														30
45															45
15:00															15:00
15															15
30															30
45	WELLB KIDS M&M Academy (運動神経向上) キッズ 15:30~16:20														45
16:00															16:00
15															15
30	WELLB KIDS M&M Academy (運動神経向上) ジュニアI 16:30~17:20														30
45															45
17:00															17:00
15															15
30	WELLB KIDS M&M Academy (運動神経向上) ジュニアII 17:30~18:20														30
45															45
18:00															18:00
15															15
30	WELLB KIDS M&M Academy (運動神経向上) ジュニアII 18:30~19:20														30
45															45
19:00															19:00
15															15
30	フィットネスダンス 19:15~20:00 YUI														30
45															45
20:00															20:00
15															15
30	コアトレーニング 20:10~20:55 YUI														30
45															45
21:00															21:00
15															15
30	スタジオ 開放時間														30
45															45
22:00															22:00
15															15
30															30
45															45
23:00															23:00
15															15
30															30
23:45															23:45

インストラクターあり レッスン

トレーナーあり パーソナル or セミナー

WELLB KIDSアカデミー (運動神経向上クラス)

スタジオ開放時間

2026年もWELLBで楽しく運動しましょう!

『継続は力なり』

従業員が全力でサポートさせていただきます!

本年もよろしく願っています。