

4月29日(月) [祝日]

ティップネスグループエクササイズタイムスケジュール

丸の内スタイル スタジオ
09:00
15
30
45
10:00
15
30
45
11:00
15
30
45
12:00
15
30
45
13:00
15
30
45
14:00
15
30
45
15:00
15
30
45
16:00
15
30
45
17:00
15
30
45
18:00
15
30
45
19:00

TIP.X TOKYO SHIBUYA
Aスタジオ Bスタジオ FTF プール
有料スクール Pilates Guidance
Ballet75 (初級)
Ballet60 (初・中級)
VINYASA STYLE YOGA60
TIP.X TOKYO STEP III
AKIYAMA MULTI STEP
B to B バランス60
B to B バランス基本動作スキルアップ45

TIP.X TOKYO Ikebukuro
Aスタジオ Bスタジオ プール
レッスン参加には、スタジオオプションのご契約、または都度購入が必要です。
TIP.X TOKYO STEP II
TIP.X TOKYO YOSHIOKA
VINYASA STYLE YOGA60
バーチャルボクシング
KICK OUT 60
アクアミット+F45
気功60
B to B バランス基本動作スキルアップ75
カラダほぐす YOGA45

祝日プログラムの内容につきましては、QRコードをご参照ください。



※IPNESSから、スタジオ予約は、IPNESSから、スタジオ予約は、IPNESSから... 都合によりスケジュールを変更させていただきます。代行などのレッスン変更情報、祝日スケジュールの最新情報は施設内の掲示板またはPC、スマートフォン、モバイルから[TIPNESS]へアクセスしてご確認ください。