

## Q3オンラインウォークラリーワークショップスケジュール

- 【申込期間】** 8月17日（月）～ 9月9日（水）
- 【参加費用】** 5,000円（税別）
- 【ご一読ください】** 9月9日（水）までにお申し込みいただいた方  
 >> オンラインでの参加と、開催1週間後に録画データのリンクをお送りします。  
 9月10日（木）以降お申し込みの方  
 >> オンラインでの視聴は出来ません。後日録画データのリンクをお送りします。

### クラブポータルでのお申し込みに関して

①オンライン視聴と録画データをお求めの場合

- ・200916Q3オンラインワークショップ
- ・200917Q3オンラインワークショップ
- ・200918Q3オンラインワークショップ

の中から、希望日とプログラムを選択してください。

②録画データのみお求めの場合

Q3オンラインワークショップ録画データ購入という項目が、9月10日以降にクラブポータルに表示されますので、そちらからお申し込みください。

※どちらをお申し込みの場合も、クラブポータル内のEVENTを選択。

[地図を東京に合わせる](#)と表示されます。

時間/日付	9月16日（水）	9月17日（木）	9月18日（金）
10:00 ~ 10:45	<b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b>	<b>LES MILLS</b> <b>BODYBALANCE</b>	<b>LES MILLS</b> <b>GRIT</b>
11:15 ~ 12:00	<b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b>	<b>LES MILLS</b> <b>tone</b>	<b>LES MILLS</b> <b>SH'BAM</b>
12:30 ~ 13:15	<b>LES MILLS</b> <b>BODYSTEP</b>	<b>LES MILLS</b> <b>barre</b>	<b>LES MILLS</b> <b>BODYJAM</b>
13:45 ~ 14:30	<b>LES MILLS</b> <b>BODYATTACK</b>	<b>LES MILLS</b> <b>CXWORX</b>	<b>LES MILLS</b> <b>RPM</b>
15:00 ~ 15:45	<b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b>	<b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b>	<b>LES MILLS</b> <b>sprint</b>
16:15 ~ 17:00			<b>LES MILLS</b> <b>THE TRIP</b>