2025.5

グループサイクルスケジュール

	月	火	水	金	土	日
10：00						
11：00					Group Cycle 30 11:00〜11:30	
12：00			Group Cycle 20 12:15〜12:35	Group Cycle 30 12:15〜12:45		
13：00						
14：00						
15：00						
16：00						Group Cycle 30 17:00〜17:30
18：00	Group Cycle 20 18:30〜18:50	Group Cycle 30 18:30〜19:00	Group Cycle 20 18:30〜18:50		Group Cycle 30 18:00〜18:30	
19：00						
20：00						
21：00	Group Cycle 20 21:20〜21:40			NEW Group Cycle 30 21:00〜21:30		

体力向上や脂肪燃焼などを目的としたインドアサイクルプログラムです。
山登りやレースをイメージしながら、楽しく効果的にトレーニングできます。