

2025年IMTスケジュール

開催予定となりますため、変更となる場合がございます。ご了承くださいませ。  
 （開催予定月には使用リリース番号を入れております。）

| プログラム                                         | 1月               | 2月                  | 3月                 | 4月                 | 5月                 | 6月                 | 7月                 | 8月                 | 9月                 | 10月                 | 11月           | 12月           |
|-----------------------------------------------|------------------|---------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|---------------------|---------------|---------------|
| <b>LES MILLS</b><br><b>BODYATTACK</b>         |                  | 126<br>Live/Online  |                    | 127<br>Online      |                    | 127<br>Live/Online |                    | 128<br>Online      |                    | 129<br>Live/Online  |               | 129<br>Online |
| <b>LES MILLS</b><br><b>BODYBALANCE</b>        |                  | 106<br>Online       |                    | 107<br>Online      |                    | 107<br>Online      |                    | 108<br>Online      |                    |                     | 109<br>Online |               |
| <b>LES MILLS</b><br><b>BODYCOMBAT</b>         | 101<br>Online    | 101<br>Live/Online  | 101<br>Live/Online | 102<br>Live/Online | 102<br>Live/Online | 102<br>Live/Online | 103<br>Live/Online | 103<br>Live/Online | 103<br>Live/Online | 104<br>Live/Online  | 104<br>Online | 104<br>Online |
| <b>LES MILLS</b><br><b>BODYJAM</b>            |                  | 110<br>Online       |                    | 111<br>Live/Online |                    | 111<br>Online      |                    | 112<br>Online      |                    |                     | 113<br>Online |               |
| <b>LES MILLS</b><br><b>BODYPUMP</b>           | 131<br>Online    | 131<br>Live/Online  | 131<br>Online      | 132<br>Online      | 132<br>Live/Online | 132<br>Online      | 133<br>Online      | 133<br>Live/Online | 133<br>Online      | 134<br>Live/Online  | 134<br>Online | 134<br>Online |
| <b>LES MILLS</b><br><b>BODYSTEP</b>           |                  |                     | 137<br>Online      |                    | 138<br>Online      |                    |                    |                    | 139<br>Online      |                     |               | 140<br>Online |
| <b>LES MILLS</b><br><b>CORE</b>               |                  | 56<br>Online        |                    |                    | 57<br>Online       |                    |                    | 58<br>Online       |                    |                     | 59<br>Online  |               |
| <b>LES MILLS</b><br><b>GRIT</b>               |                  | 50<br>Online        |                    |                    | 51<br>Live/Online  |                    |                    | 52<br>Online       |                    |                     | 53<br>Online  |               |
| <b>LES MILLS</b><br><b>tone</b>               |                  |                     | 27<br>Online       |                    |                    |                    | 29<br>Online       |                    |                    |                     |               |               |
| <b>LES MILLS</b><br><b>RPM</b>                |                  | 104<br>Online       |                    |                    |                    | 105<br>Online      |                    |                    |                    | 107<br>Online       |               |               |
| <b>LES MILLS</b><br><b>DANCE</b>              |                  | 6<br>Online         |                    |                    | 7<br>Online        |                    |                    | 8<br>Online        |                    |                     | 9<br>Online   |               |
| Strength Development <small>LES MILLS</small> |                  | ご希望あればインハウスで実施いたします |                    |                    |                    |                    |                    |                    |                    |                     |               |               |
| <b>LES MILLS</b><br><b>Shapes</b>             |                  | 1<br>Online         |                    |                    | 1<br>Online        |                    |                    | 1<br>Online        |                    |                     | 1<br>Online   |               |
| <b>LES MILLS</b><br><b>PILATES</b>            | 1<br>Live/Online |                     | 1<br>Online        |                    | 1<br>Online        |                    | 1<br>Online        |                    | 1<br>Online        |                     | 1<br>Online   |               |
| <b>LES MILLS</b><br><b>THRIVE</b>             | 1<br>Online      |                     | 1<br>Online        |                    | 1<br>Online        |                    | 1<br>Online        |                    | 1<br>Online        | ご希望あればインハウスで実施いたします |               |               |
| <b>BORN TO MOVE</b> <small>LES MILLS</small>  |                  | 32<br>Online        |                    |                    | 32<br>Online       |                    |                    |                    |                    | ご希望あればインハウスで実施いたします |               |               |