

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 jump to burn Misaki.E	10:30 ~ 11:30 Basic Mao.Y		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mizuki.O	10:30 ~ 11:30 Basic karen.M	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Airi	close	10:30 ~ 11:30 Basic Mao.Y
12:00 ~ 13:00 Basic Mao.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Misaki.E		12:00 ~ 13:00 Waist Misaki.E	12:30 ~ 13:00 Back & Arm pure	12:30 ~ 13:30 Basic karen.M		12:00 ~ 13:00 Waist Momoka.K
13:30 ~ 14:30 Waist Misaki.E			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mizuki.O	13:30 ~ 14:30 Basic karen.M	14:30 ~ 15:30 jump to burn Airi		13:30 ~ 14:30 Basic Mao.Y
				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg pure	16:30 ~ 17:30 Basic Mao.Y		
				17:30 ~ 18:30 Back & Arm pure			
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 Basic Mao.Y	18:00 ~ 19:00 Waist Misaki.E				18:00 ~ 19:00 Waist Momoka.K
19:30 ~ 20:30 Basic karen.M	19:30 ~ 20:30 jump to burn Mizuki.O	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mizuki.O	19:30 ~ 20:30 Basic Mao.Y				19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Momoka.K
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mizuki.O	21:00 ~ 22:00 Basic karen.M	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mizuki.O	21:00 ~ 22:00 jump to burn Misaki.E				21:00 ~ 22:00 Basic karen.M

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic Mao.Y		10:30 ~ 11:30 Waist Momoka.K	10:30 ~ 11:30 jump to burn Misaki.E	10:30 ~ 11:30 Basic karen.M	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Misaki.E	10:30 ~ 11:30 Basic Mao.Y
12:30 ~ 13:30 Basic karen.M		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Momoka.K	12:00 ~ 13:00 Basic Mao.Y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Misaki.E		12:00 ~ 13:00 Basic Mao.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Ririka.M
		13:30 ~ 14:30 Waist Momoka.K	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Misaki.E	14:30 ~ 15:30 Basic karen.M		13:30 ~ 14:30 Waist Misaki.E	
			15:00 ~ 16:00 Back & Arm Misaki.E	16:30 ~ 17:30 jump to burn Misaki.E			
			17:30 ~ 18:30 Basic Mao.Y				
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Momoka.K	18:00 ~ 19:00 Waist Cocono.H	18:00 ~ 19:00 Basic karen.M				18:00 ~ 19:00 Basic Ririka.M	18:00 ~ 19:00 jump to burn Misaki.E
19:30 ~ 20:30 Basic karen.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Cocono.H	19:30 ~ 20:30 Basic Mao.Y				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Ririka.M	19:30 ~ 20:30 Basic karen.M
21:00 ~ 22:00 Waist Momoka.K	21:00 ~ 22:00 Basic Mao.Y	21:00 ~ 22:00 Basic karen.M				21:00 ~ 22:00 Basic karen.M	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Misaki.E

👉：体験可能レッスン
 ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ririka.M	10:30 ~ 11:30 Waist Misaki.E	10:30 ~ 11:30 Waist Karin.A	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Misaki.E	10:30 ~ 11:30 Basic Mao.Y	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Misaki.E	12:00 ~ 13:00 Basic karen.M	12:30 ~ 13:30 Basic Mao.Y		12:00 ~ 13:00 Waist Misaki.E	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Miho.S	
	13:30 ~ 14:30 Basic Ririka.M	13:30 ~ 14:30 jump to burn Misaki.E	14:30 ~ 15:30 Waist Karin.A		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Misaki.E		
		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Misaki.E	16:30 ~ 17:30 Basic Mao.Y				
		17:30 ~ 18:30 Basic Mao.Y					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Misaki.E	18:00 ~ 19:00 Waist Misaki.E				18:00 ~ 19:00 Basic Mao.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Karen.M	18:00 ~ 19:00 Waist Karin.A
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Ririka.M	19:30 ~ 20:30 Basic Mao.Y				19:30 ~ 20:30 Basic karen.M	19:30 ~ 20:30 jump to burn Misaki.E	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Miho.S
21:00 ~ 22:00 Basic karen.M	21:00 ~ 22:00 jump to burn Misaki.E				21:00 ~ 22:00 Basic Mao.Y	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Misaki.E	21:00 ~ 22:00 Basic karen.M

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Misaki.E	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Misaki.E	10:30 ~ 11:30 Basic karen.M	close	10:30 ~ 11:30 Waist Karin.A	10:30 ~ 11:30 Basic Mao.Y	
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Miho.S	12:00 ~ 13:00 Basic Karin.A	12:30 ~ 13:30 Waist Misaki.E		12:00 ~ 13:00 Basic Mao.Y	12:30 ~ 13:30 jump to burn sora	
13:30 ~ 14:30 jump to burn Misaki.E	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Misaki.E	14:30 ~ 15:30 Basic karen.M		13:30 ~ 14:30 Waist Karin.A		
	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Misaki.E	16:30 ~ 17:30 jump to burn Misaki.E				
	17:30 ~ 18:30 Waist Karin.A					
18:00 ~ 19:00 Waist Karin.A				18:00 ~ 19:00 Basic karen.M	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg sora	18:00 ~ 19:00 Basic karen.M
19:30 ~ 20:30 Basic karen.M				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Misaki.E	19:30 ~ 20:30 Waist Karin.A	19:30 ~ 20:30 jump to burn Misaki.E
21:00 ~ 22:00 Waist Karin.A				21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Misaki.E	21:00 ~ 22:00 Basic karen.M	21:00 ~ 22:00 Basic karen.M

👉 : 体験可能レッスン
 ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。