

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Back&Arm Satsuki.S	10:30 ~ 11:30 Basic Ami.O	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Ami.O	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.Y	~	10:30 ~ 11:30 Waist RENA.H	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.Y
12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.Y	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Satsuki.S		12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.Y	12:30 ~ 13:30 Waist RENA.H	~	12:00 ~ 13:00 Basic Ami.O	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Satsuki.S
13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Satsuki.S	14:30 ~ 15:30 Waist Ami.O		13:30 ~ 14:30 Back&Arm Ami.O	~	~	13:30 ~ 14:30 Waist RENA.H	13:30 ~ 14:30 Waist RENA.H
15:00 ~ 16:00 Basic Kaho.Y	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Satsuki.S		~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Basic Kaho.Y
~	~		~	~	~	~	~
~	~		~	~	~	~	~
17:30 ~ 18:30 Back&Arm Satsuki.S	~		17:30 ~ 18:30 Waist RENA.H	17:30 ~ 18:30 Basic Ami.O	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Satsuki.S	17:30 ~ 18:30 Basic Kaho.Y	17:30 ~ 18:30 Waist RENA.H
~	~		19:00 ~ 20:00 Basic Kaho.Y	19:00 ~ 20:00 Hip&Leg Satsuki.S	19:00 ~ 20:00 Basic Ami.O	19:00 ~ 20:00 Back&Arm Ami.O	~
~	~		20:30 ~ 21:30 Waist RENA.H	20:30 ~ 21:30 Back&Arm Ami.O	20:30 ~ 21:30 Back&Arm Satsuki.S	20:30 ~ 21:30 Basic Kaho.Y	~

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Satsuki.S	close	~	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Satsuki.S	~	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Satsuki.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre インストラクター未定	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Satsuki.S	
12:30 ~ 13:30 Basic Ami.O		~	12:30 ~ 13:30 Basic Kaho.Y	~	12:00 ~ 13:00 Waist RENA.H	12:00 ~ 13:00 Waist RENA.H	12:30 ~ 13:30 Basic Ami.O	
14:30 ~ 15:30 Back&Arm Satsuki.S		~	~	~	~	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Satsuki.S	13:30 ~ 14:30 Basic Kaho.Y	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Satsuki.S
16:30 ~ 17:30 Waist Ami.O		~	~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Satsuki.S	16:30 ~ 17:30 Basic Ami.O
~		~	~	~	~	~	~	~
~		~	~	~	~	~	~	~
~		~	~	17:30 ~ 18:30 Waist RENA.H	17:30 ~ 18:30 Basic Kaho.Y	17:30 ~ 18:30 Basic Kaho.Y	17:30 ~ 18:30 Waist RENA.H	~
~		~	~	19:00 ~ 20:00 Back&Arm Satsuki.S	19:00 ~ 20:00 Hip&Leg Satsuki.S	19:00 ~ 20:00 Waist RENA.H	~	~
~		~	~	20:30 ~ 21:30 Waist RENA.H	20:30 ~ 21:30 Waist Kaho.Y	20:30 ~ 21:30 Basic Kaho.Y	~	~

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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週間前までにお申し込みしております。
 ・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。

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Basic Ami.O	10:30 ~ 11:30 Waist RENA.H	~	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Ami.O	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.Y	10:30 ~ 11:30 Waist RENA.H	close
	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Satsuki.S	12:30 ~ 13:30 Basic Ami.O	~	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Satsuki.S	12:00 ~ 13:00 Waist RENA.H	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre インストラクター未定	
	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Ami.O	~	~	13:30 ~ 14:30 Basic Kaho.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre インストラクター未定	14:30 ~ 15:30 Waist RENA.H	
	~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Waist RENA.H	16:30 ~ 17:30 Basic Kaho.Y	
	~	~	~	~	~	~	
	~	~	~	~	~	~	
	17:30 ~ 18:30 Waist RENA.H	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Satsuki.S	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre インストラクター未定	17:30 ~ 18:30 Waist RENA.H	17:30 ~ 18:30 Basic Kaho.Y	~	
	19:00 ~ 20:00 Back&Arm Satsuki.S	19:00 ~ 20:00 Basic Ami.O	19:00 ~ 20:00 Back&Arm Ami.O	19:00 ~ 20:00 Pilates Barre インストラクター未定	~	~	
	20:30 ~ 21:30 Waist RENA.H	20:30 ~ 21:30 Hip&Leg Satsuki.S	20:30 ~ 21:30 Basic Ami.O	20:30 ~ 21:30 Waist RENA.H	~	~	

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	12/01
火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Ami.O	10:30 ~ 11:30 Basic Ami.O	~	10:30 ~ 11:30 Waist RENA.H	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Ami.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre インストラクター未定	close
12:00 ~ 13:00 Waist RENA.H	12:30 ~ 13:30 Waist RENA.H	~	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Satsuki.S	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Satsuki.S	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Satsuki.S	
13:30 ~ 14:30 Basic Ami.O	~	~	13:30 ~ 14:30 Waist RENA.H	13:30 ~ 14:30 Waist RENA.H	14:30 ~ 15:30 Basic Kaho.Y	
~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Basic Ami.O	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Satsuki.S	
~	~	~	~	~	~	
~	~	~	~	~	~	
17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Satsuki.S	17:30 ~ 18:30 Basic Ami.O	17:30 ~ 18:30 Waist RENA.H	17:30 ~ 18:30 Basic Kaho.Y	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Satsuki.S	~	
19:00 ~ 20:00 Waist RENA.H	19:00 ~ 20:00 Hip&Leg Satsuki.S	19:00 ~ 20:00 Pilates Barre インストラクター未定	19:00 ~ 20:00 Hip&Leg Satsuki.S	~	~	
20:30 ~ 21:30 Back&Arm Satsuki.S	20:30 ~ 21:30 Back&Arm Satsuki.S	20:30 ~ 21:30 Waist RENA.H	20:30 ~ 21:30 Pilates Barre インストラクター未定	~	~	

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みをお願いします。
 ・レッスン開始時間1時間前までのごキャンセルは有償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。