

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 YUIMI.M	10:30 ~ 11:30 Waist suzu.i	close	10:30 ~ 11:30 Basic Al.I	10:30 ~ 11:30 Hip Punch YUNA.S	10:30 ~ 11:30 Waist suzu.i	close	
	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Aino.H	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Al.I		12:00 ~ 13:00 Leg Lines Aino.H	12:00 ~ 13:00 Back&Arm suzu.i	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Aino.H		
	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg YUIMI.M	close		13:30 ~ 14:30 Back&Arm Al.I	13:30 ~ 14:30 Release&Strength YUNA.S	14:30 ~ 15:30 Basic suzu.i		
	18:00 ~ 19:00 Release&Strength YUNA.S			18:00 ~ 19:00 Leg Lines Al.I	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Aino.H	18:00 ~ 19:00 Waist suzu.i		close
	19:30 ~ 20:30 Back&Arm suzu.i			19:30 ~ 20:30 jump to burn YUNA.S	19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning YUNA.S	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Aino.H		
	21:00 ~ 22:00 Waist YUNA.S			21:00 ~ 22:00 Basic YUNA.S	21:00 ~ 22:00 jump to burn Aino.H	21:00 ~ 22:00 Basic suzu.i		
	15:00 ~ 16:00 Basic YUNA.S			16:30 ~ 17:30 Leg Lines Aino.H	17:30 ~ 18:30 Waist suzu.i			

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30		
火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 jump to burn Aino.H	10:30 ~ 11:30 Hip Punch YUNA.S	close	10:30 ~ 11:30 Waist suzu.i	10:30 ~ 11:30 Basic suzu.i	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Al.I		
12:00 ~ 13:00 Basic suzu.i	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Aino.H		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Al.I	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Al.I	12:30 ~ 13:30 Basic YUNA.S		
13:30 ~ 14:30 Leg Lines Aino.H	close		13:30 ~ 14:30 Basic suzu.i	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Al.I	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Aino.H		
close			15:00 ~ 16:00 Waist suzu.i	16:30 ~ 17:30 Stretch&Conditioning YUNA.S	close	17:30 ~ 18:30 Basic Al.I	
			18:00 ~ 19:00 Back&Arm suzu.i	18:00 ~ 19:00 Basic suzu.i		18:00 ~ 19:00 Release&Strength YUNA.S	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Aino.H
			19:30 ~ 20:30 Basic Al.I	19:30 ~ 20:30 Waist suzu.i		19:30 ~ 20:30 Leg Lines Aino.H	19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning YUNA.S
			21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Al.I	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Al.I		21:00 ~ 22:00 Basic YUNA.S	21:00 ~ 22:00 jump to burn YUNA.S

・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ください。
 ・レッスン開始時間1週間前までのごキャンセルは無料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。