

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08																																						
日	月	火	水	木	金	土	日																																						
10:30 ~ 11:30 Basic Akari.O	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Koto.A	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miho.S	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kiho.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Miho.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Akari.O																																						
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Miho.S		12:30 ~ 13:00 Basic Akari.O	12:30 ~ 13:30 Waist Kiho.T		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Koto.A	12:00 ~ 13:00 Basic Akari.O	12:30 ~ 13:30 jump to burn Koto.A																																						
14:30 ~ 15:30 Basic Akari.O		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Koto.A	close		close	13:30 ~ 14:30 Basic Koto.A	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kiho.T	14:30 ~ 15:30 Basic Akari.O																																					
16:30 ~ 17:30 Waist Kiho.T		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Miho.S	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Koto.A																																			
close									close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Miho.S	close																															
													close		close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Basic Akari.O																										
																			close	close	close	close	close	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Kiho.T																					
																								close	close	close	close	close	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Miho.S																
																													close	close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Waist Kiho.T											
																																		close	close	close	close	close	19:00 ~ 20:00 jump to burn Koto.A						
	close			close																																			close	close	close	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Kiho.T			
																																										close	close	close	close

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16																																						
月	火	水	木	金	土	日	月																																						
close	10:30 ~ 11:30 Basic Akari.O	10:30 ~ 11:30 Waist Koto.A	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Miho.S	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Koto.A	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miho.S	close																																						
	close	12:30 ~ 13:00 Back & Arm Kiho.T		12:30 ~ 13:30 Basic Akari.O	12:00 ~ 13:00 Waist Akari.O	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Akari.O		12:30 ~ 13:30 Basic Koto.A																																					
		close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Akari.O	13:30 ~ 14:30 jump to burn Koto.A	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Miho.S		13:30 ~ 14:30 Waist Koto.A	14:30 ~ 15:30 jump to burn Koto.A																																				
				close	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Akari.O																																			
										close	close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Basic Akari.O																														
															close	close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Waist Kiho.T																									
																				close	close	close	close	close	19:00 ~ 20:00 Basic Koto.A																				
																									close	close	close	close	close	20:30 ~ 21:30 jump to burn Koto.A															
																														close	close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Miho.S										
																																			close	close	close	close	close	19:00 ~ 20:00 Shape up waist Koto.A					
close			close				close																																	close	close	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Miho.S			
	close																																									close	close	close	close
		close																																											
				close	close	close		close	close																																				

🟢 : 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。

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24			
火	水	木	金	土	日	月	火			
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Miho.S	10:30 ~ 11:30 Basic Akari.O	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kiho.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kiho.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kiho.T	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Koto.A			
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Miho.S	12:30 ~ 13:00 jump to burn Koto.A		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kiho.T	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Miho.S	12:30 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Akari.O		12:00 ~ 13:00 Waist Kiho.T			
13:30 ~ 14:30 Basic Akari.O	close		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Miho.S	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Miho.S	14:30 ~ 15:30 Basic Akari.O		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Koto.A			
close			15:00 ~ 16:00 Waist Kiho.T	close	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Kiho.T		close	close		
			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kiho.T							
			17:30 ~ 18:30 jump to burn Koto.A		17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Miho.S				17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Akari.O	17:30 ~ 18:30 Basic Koto.A
			19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Akari.O		19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Kiho.T				19:00 ~ 20:00 Waist Akari.O	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Miho.S
20:30 ~ 21:30 Back & Arm Koto.A			20:30 ~ 21:30 Pre Basic Miho.S	20:30 ~ 21:30 jump to burn Koto.A	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Koto.A		close	20:30 ~ 21:30 Pilates Barre Miho.S		

02/25	02/26	02/27	02/28	
水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Akari.O	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Koto.A	10:30 ~ 11:30 Basic Akari.O	
12:30 ~ 13:30 Pre Basic Miho.S		12:00 ~ 13:00 Basic Koto.A	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Akari.O	
close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kiho.T	13:30 ~ 14:30 Basic Koto.A	close
		15:00 ~ 16:00 Back & Arm Koto.A		
		17:30 ~ 18:30 Waist Koto.A		
		17:30 ~ 18:30 Basic Koto.A	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Miho.S	
19:00 ~ 20:00 Waist Kiho.T		19:00 ~ 20:00 Basic Akari.O	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Miho.S	close
20:30 ~ 21:30 Shape up waist Koto.A		20:30 ~ 21:30 Waist Kiho.T	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Akari.O	

👉 : 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。