

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mizuki.S	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg saya.t	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mizuki.S		10:30 ~ 11:30 Release&Strength Mizuki.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mizuki.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout erico.M
12:30 ~ 13:30 Basic saya.t		12:00 ~ 13:00 jump to burn Mizuki.S	12:30 ~ 13:30 Basic saya.t		12:00 ~ 13:00 Back & Arm erico.M	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg saya.t
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg saya.t		13:30 ~ 14:30 Basic saya.t			13:30 ~ 14:30 Shape up waist Mizuki.S	13:30 ~ 14:30 Waist Mizuki.S	14:30 ~ 15:30 Back & Arm erico.M
						15:00 ~ 16:00 Basic 未定	
16:30 ~ 17:30 Back & Arm Mizuki.S		17:45 ~ 18:45 Pilates Barre Mizuki.S	17:45 ~ 18:45 Shape up waist Mizuki.S	17:45 ~ 18:45 Basic 未定	17:45 ~ 18:45 Waist erico.M	17:30 ~ 18:30 jump to burn Mizuki.S	16:30 ~ 17:30 Basic saya.t
		19:15 ~ 20:15 Basic 未定	19:15 ~ 20:15 Hip & Leg saya.t	19:15 ~ 20:15 Stretch & Conditioning erico.M	19:15 ~ 20:15 Basic 未定		
		20:45 ~ 21:45 Release&Strength Mizuki.S	20:45 ~ 21:45 Basic 未定	20:45 ~ 21:45 Pilates Workout erico.M	20:45 ~ 21:45 Pilates Workout erico.M		

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mizuki.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning erico.M		10:30 ~ 11:30 jump to burn Mizuki.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mizuki.S	10:30 ~ 11:30 Waist erico.M	close
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm erico.M	12:30 ~ 13:30 Waist erico.M		12:00 ~ 13:00 Basic saya.t	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Mizuki.S	12:30 ~ 13:30 Basic 未定	
	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Mizuki.S			13:30 ~ 14:30 Waist Mizuki.S	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg saya.t	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning erico.M	
					15:00 ~ 16:00 Shape up waist Mizuki.S		
	17:45 ~ 18:45 Basic saya.t	17:45 ~ 18:45 Hip & Leg saya.t	17:45 ~ 18:45 Back & Arm erico.M	17:45 ~ 18:45 Release&Strength Mizuki.S	17:30 ~ 18:30 Basic saya.t	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg saya.t	
	19:15 ~ 20:15 Pilates Workout erico.M	19:15 ~ 20:15 Pilates Barre Mizuki.S	19:15 ~ 20:15 Basic 未定	19:15 ~ 20:15 Hip & Leg saya.t			
	20:45 ~ 21:45 Hip & Leg saya.t	20:45 ~ 21:45 Basic 未定	20:45 ~ 21:45 Pilates Workout erico.M	20:45 ~ 21:45 Basic 未定			

👉: 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。

・レッスン開始時刻前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。

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mizuki.S	10:30 ~ 11:30 Basic 未定		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning erico.M	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mizuki.S	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	close	10:30 ~ 11:30 Basic 未定
12:00 ~ 13:00 Basic erico.M	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg saya.t		12:00 ~ 13:00 Waist erico.M	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 Release & Strength Mizuki.S		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg saya.t
13:30 ~ 14:30 Waist Mizuki.S			13:30 ~ 14:30 Basic 未定	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg saya.t	14:30 ~ 15:30 Basic 未定		13:30 ~ 14:30 Back & Arm erico.M
				15:00 ~ 16:00 Basic 未定			
17:45 ~ 18:45 Release & Strength Mizuki.S	17:45 ~ 18:45 Basic saya.t	17:45 ~ 18:45 Waist erico.M	17:45 ~ 18:45 Back & Arm erico.M	17:30 ~ 18:30 Waist Mizuki.S	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Mizuki.S		17:45 ~ 18:45 Stretch & Conditioning erico.M
19:15 ~ 20:15 Hip & Leg saya.t	19:15 ~ 20:15 Pilates Workout erico.M	19:15 ~ 20:15 Back & Arm erico.M	19:15 ~ 20:15 Basic 未定				19:15 ~ 20:15 Basic 未定
20:45 ~ 21:45 Basic saya.t	20:45 ~ 21:45 Waist erico.M	20:45 ~ 21:45 Basic 未定	20:45 ~ 21:45 Hip & Leg saya.t				20:45 ~ 21:45 Waist erico.M

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 jump to burn Mizuki.S		10:30 ~ 11:30 Pilates Workout erico.M	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg saya.t	10:30 ~ 11:30 Back & Arm erico.M	close
12:30 ~ 13:30 Basic 未定		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg saya.t	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout erico.M	12:30 ~ 13:30 Basic 未定	
		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning erico.M	13:30 ~ 14:30 Basic 未定	14:30 ~ 15:30 jump to burn Mizuki.S	
			15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Mizuki.S		
17:45 ~ 18:45 Basic 未定	17:45 ~ 18:45 Hip & Leg saya.t	17:45 ~ 18:45 Waist Mizuki.S	17:30 ~ 18:30 Back & Arm erico.M	16:30 ~ 17:30 Release & Strength erico.M	
19:15 ~ 20:15 Waist erico.M	19:15 ~ 20:15 Basic 未定	19:15 ~ 20:15 Pilates Barre Mizuki.S			
20:45 ~ 21:45 Hip & Leg saya.t	20:45 ~ 21:45 Shape up waist Mizuki.S	20:45 ~ 21:45 Basic 未定			

👉：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。