

| 06/01 | 06/02 | 06/03 | 06/04 | 06/05 | 06/06 | 06/07 | 06/08 | |
|---|-------|--|--|---|--|---|--|--------------------------------|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
| 10:00 ~ 11:00 Back&Spine Ami.H | close | 10:00 ~ 11:00 Pilates Barre Ako | 10:00 ~ 11:00 Power up Control Ami.H | 10:00 ~ 11:00 Basic KALi | 10:00 ~ 11:00 Back&Arm misaki.N | 10:00 ~ 11:00 Release&Strength Yumi | 10:00 ~ 11:00 Reset Flow Yumi | |
| 11:30 ~ 12:30 Pilates Workout ayaka | | 11:30 ~ 12:30 Pilates Cardio Ami.H | 11:30 ~ 12:30 Back&Spine Ami.H | 11:30 ~ 12:30 Hip&Leg Miharu.K | 11:30 ~ 12:30 Waist KALi | 11:30 ~ 12:30 Hip Punch Yumi | 11:30 ~ 12:30 Hip&Leg Miharu.K | |
| 13:00 ~ 14:00 Waist KALi | | 13:00 ~ 14:00 Body Balance Ako | 13:00 ~ 14:00 Hip Punch Yumi | 13:00 ~ 14:00 Waist KALi | 13:00 ~ 14:00 Pilates Barre misaki.N | 13:00 ~ 14:00 Back&Arm Miharu.K | 13:00 ~ 14:00 Basic KALi | |
| 14:30 ~ 15:30 Advance Ami.H | | 14:30 ~ 15:30 Reset Flow Ako | 14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Aino.H | 14:30 ~ 15:30 jump to burn Miharu.K | 14:30 ~ 15:30 Basic KALi | 14:30 ~ 15:30 Basic Miharu.K | 14:30 ~ 15:30 Back&Spine Yumi | |
| 16:00 ~ 17:00 Animal Stretch ayaka | | | | | | 16:00 ~ 17:00 Body Balance Yumi | 16:00 ~ 17:00 Waist KALi | |
| 17:30 ~ 18:30 Basic KALi | | | | | | 17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Miharu.K | 17:30 ~ 18:30 jump to burn Miharu.K | |
| 19:00 ~ 20:00 Back&Arm Miharu.K | | | 18:00 ~ 19:00 Basic KALi | 18:00 ~ 19:00 jump to burn Miharu.K | 18:00 ~ 19:00 Back&Arm misaki.N | 18:00 ~ 19:00 Reset Flow Yumi | 19:00 ~ 20:00 Power up Control ayaka | 19:00 ~ 20:00 Basic KALi |
| | | | 19:30 ~ 20:30 jump to burn Miharu.K | 19:30 ~ 20:30 Shape up waist Yumi | 19:30 ~ 20:30 Animal Stretch Yumi | 19:30 ~ 20:30 Basic misaki.N | | |
| | | | 21:00 ~ 22:00 Waist KALi | 21:00 ~ 22:00 Back&Arm Miharu.K | 21:00 ~ 22:00 Pilates Barre misaki.N | 21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Yumi | | |

| 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 | 10:00 ~ 11:00 Pilates Workout Yumi | 10:00 ~ 11:00 Waist KALi | 10:00 ~ 11:00 Hip&Leg Miharu.K | 10:00 ~ 11:00 Basic 未確定 | 10:00 ~ 11:00 Back&Spine Ami.H | 10:00 ~ 11:00 jump to burn Miharu.K | close |
| | 11:30 ~ 12:30 Basic KALi | 11:30 ~ 12:30 Power up Control Ako | 11:30 ~ 12:30 Waist KALi | 11:30 ~ 12:30 Animal Stretch ayaka | 11:30 ~ 12:30 Pilates Barre Saya.N | 11:30 ~ 12:30 Body Balance Yumi | |
| | 13:00 ~ 14:00 Reset Flow Yumi | 13:00 ~ 14:00 Basic KALi | 13:00 ~ 14:00 jump to burn Miharu.K | 13:00 ~ 14:00 Body Balance ayaka | 13:00 ~ 14:00 Power up Control Ami.H | 13:00 ~ 14:00 Shape up waist Saya.N | |
| | 14:30 ~ 15:30 Waist KALi | 14:30 ~ 15:30 Shape up waist Ako | | | 14:30 ~ 15:30 Reset Flow Yumi | 14:30 ~ 15:30 Back&Arm Miharu.K | |
| | | | | | 16:00 ~ 17:00 Stretch&Conditioning Ami.H | 16:00 ~ 17:00 Hip Punch Saya.N | |
| | | | | | 17:30 ~ 18:30 Shape up waist Yumi | 17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Saya.N | |
| | 18:00 ~ 19:00 Shape up waist Yumi | 18:00 ~ 19:00 Hip Punch Yumi | 18:00 ~ 19:00 Basic 未確定 | 18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Yumi | 19:00 ~ 20:00 Hip Punch Saya.N | 19:00 ~ 20:00 Pilates Cardio Yumi | |
| | 19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Miharu.K | 19:30 ~ 20:30 Basic 未確定 | 19:30 ~ 20:30 Advance Ami.H | 19:30 ~ 20:30 Waist KALi | | | |
| | 21:00 ~ 22:00 jump to burn Miharu.K | 21:00 ~ 22:00 Animal Stretch Yumi | 21:00 ~ 22:00 Back&Spine Ami.H | 21:00 ~ 22:00 Release&Strength Yumi | | | |

：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。

| 06/17 | 06/18 | 06/19 | 06/20 | 06/21 | 06/22 | 06/23 | 06/24 |
|---|---|--|--|--|---|-------|--|
| 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 |
| 10:00 ~ 11:00 Basic KALi | 10:00 ~ 11:00 Shape up waist Yumi | 10:00 ~ 11:00 Back&Spine Yumi | 10:00 ~ 11:00 Pilates Workout Miharu.K | 10:00 ~ 11:00 Advance Ami.H | 10:00 ~ 11:00 Basic 未確定 | close | 10:00 ~ 11:00 jump to burn Miharu.K |
| 11:30 ~ 12:30 Hip Punch Yumi | 11:30 ~ 12:30 Basic 未確定 | 11:30 ~ 12:30 Release&Strength Yumi | 11:30 ~ 12:30 Reset Flow Yumi | 11:30 ~ 12:30 Hip&Leg Miharu.K | 11:30 ~ 12:30 Animal Stretch Ami.H | | 11:30 ~ 12:30 Waist KALi |
| 13:00 ~ 14:00 Waist KALi | 13:00 ~ 14:00 Body Balance Yumi | 13:00 ~ 14:00 Basic 未確定 | 13:00 ~ 14:00 Hip&Leg Miharu.K | 13:00 ~ 14:00 Power up Control Ami.H | 13:00 ~ 14:00 Waist KALi | | 13:00 ~ 14:00 Pilates Workout Miharu.K |
| 14:30 ~ 15:30 Animal Stretch Yumi | 14:30 ~ 15:30 Basic 未確定 | 14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Yumi | 14:30 ~ 15:30 Basic KALi | 14:30 ~ 15:30 jump to burn Miharu.K | 14:30 ~ 15:30 Hip Punch Saya.N | | 14:30 ~ 15:30 Hip&Leg KALi |
| | | | | 16:00 ~ 17:00 Pilates Cardio Ami.H | 16:00 ~ 17:00 Back&Spine Ami.H | | |
| | | | | 17:30 ~ 18:30 Basic 未確定 | 17:30 ~ 18:30 Waist KALi | | |
| 18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Saya.N | 18:00 ~ 19:00 Hip&Leg 未確定 | 18:00 ~ 19:00 Advance Ami.H | 18:00 ~ 19:00 Back&Arm misaki.N | 19:00 ~ 20:00 Waist KALi | 19:00 ~ 20:00 Shape up waist Saya.N | | 18:00 ~ 19:00 Power up Control Ami.H |
| 19:30 ~ 20:30 Basic 未確定 | 19:30 ~ 20:30 Back&Arm Miharu.K | 19:30 ~ 20:30 jump to burn Miharu.K | 19:30 ~ 20:30 Waist KALi | | | | 19:30 ~ 20:30 Reset Flow Yumi |
| 21:00 ~ 22:00 Shape up waist Saya.N | 21:00 ~ 22:00 jump to burn Miharu.K | 21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning Ami.H | 21:00 ~ 22:00 Pilates Barre misaki.N | | | | 21:00 ~ 22:00 Back&Spine Ami.H |

| 06/25 | 06/26 | 06/27 | 06/28 | 06/29 | 06/30 |
|---------------------------------------|--|---|---|--|-------|
| 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
| 10:00 ~ 11:00 Basic 未確定 | 10:00 ~ 11:00 Pilates Cardio Ami.H | 10:00 ~ 11:00 Back&Arm Miharu.K | 10:00 ~ 11:00 Basic KALi | 10:00 ~ 11:00 Waist KALi | close |
| 11:30 ~ 12:30 Back&Arm Miharu.K | 11:30 ~ 12:30 Hip&Leg KALi | 11:30 ~ 12:30 Pilates Workout Miharu.K | 11:30 ~ 12:30 jump to burn Miharu.K | 11:30 ~ 12:30 Back&Arm Miharu.K | |
| 13:00 ~ 14:00 Advance Ami.H | 13:00 ~ 14:00 Power up Control Ami.H | 13:00 ~ 14:00 Basic 未確定 | 13:00 ~ 14:00 Hip&Leg KALi | 13:00 ~ 14:00 Back&Spine Ami.H | |
| | 14:30 ~ 15:30 Basic KALi | 14:30 ~ 15:30 Stretch&Conditioning YUNA.S | 14:30 ~ 15:30 Back&Arm Miharu.K | 14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Ami.H | |
| | | | 16:00 ~ 17:00 Hip Punch Yumi | 16:00 ~ 17:00 Reset Flow Yumi | |
| | | | 17:30 ~ 18:30 Basic 未確定 | 17:30 ~ 18:30 Pilates Workout Miharu.K | |
| 18:00 ~ 19:00 Waist KALi | 18:00 ~ 19:00 Shape up waist Yumi | 18:00 ~ 19:00 jump to burn Miharu.K | 19:00 ~ 20:00 Reset Flow Yumi | 19:00 ~ 20:00 Power up Control Yumi | |
| 19:30 ~ 20:30 Hip Punch Yumi | 19:30 ~ 20:30 Basic 未確定 | 19:30 ~ 20:30 Release&Strength YUNA.S | | | |
| 21:00 ~ 22:00 Hip&Leg KALi | 21:00 ~ 22:00 Body Balance Yumi | 21:00 ~ 22:00 Waist YUNA.S | | | |

・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に制限されます。