

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 jump to burn MOE.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg MOE.H		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre MOE.H	10:30 ~ 11:30 Basic Ren	10:30 ~ 11:30 Waist Airi.F	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Aya.M
12:00 ~ 13:00 Waist Airi.F	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Aya.M		12:00 ~ 13:00 Basic Ren	12:00 ~ 13:00 Waist Airi.F	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg MOE.H		12:00 ~ 13:00 Basic Airi.F
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg MOE.H			13:30 ~ 14:30 Back & Arm MOE.H	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Aya.M	14:30 ~ 15:30 Basic Airi.F		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Aya.M
				15:00 ~ 16:00 Basic Ren	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre MOE.H		
				17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Aya.M			
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre MOE.H	18:00 ~ 19:00 Back & Arm MOE.H	18:00 ~ 19:00 Basic Ren	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Aya.M				18:00 ~ 19:00 jump to burn MOE.H
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Aya.M	19:30 ~ 20:30 Basic Ren	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Aya.M	19:30 ~ 20:30 Basic Ren				19:30 ~ 20:30 Waist Airi.F
21:00 ~ 22:00 Basic Ren	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Aya.M	21:00 ~ 22:00 Basic Ren	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Aya.M				21:00 ~ 22:00 Back & Arm MOE.H

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Waist Airi.F		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Aya.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre MOE.H	10:30 ~ 11:30 jump to burn MOE.H	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre MOE.H	10:30 ~ 11:30 Basic Ren
12:30 ~ 13:30 Back & Arm Aya.M		12:00 ~ 13:00 jump to burn MOE.H	12:00 ~ 13:00 Basic Ren	12:30 ~ 13:30 Waist Airi.F		12:00 ~ 13:00 Basic Ren	12:30 ~ 13:30 jump to burn MOE.H
		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Aya.M	13:30 ~ 14:30 Waist Airi.F	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg MOE.H		13:30 ~ 14:30 Back & Arm MOE.H	
			15:00 ~ 16:00 jump to burn MOE.H	16:30 ~ 17:30 Basic Ren			
			17:30 ~ 18:30 Basic Ren				
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Aya.M	18:00 ~ 19:00 Waist Airi.F	18:00 ~ 19:00 Basic Ren				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Aya.M	18:00 ~ 19:00 Waist Airi.F
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre MOE.H	19:30 ~ 20:30 Basic Ren	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre MOE.H				19:30 ~ 20:30 Basic Airi.F	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Aya.M
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg MOE.H	21:00 ~ 22:00 Waist Airi.F	21:00 ~ 22:00 Basic Ren				21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Aya.M	21:00 ~ 22:00 Basic Airi.F

👉：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。

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Basic Ren	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Aya.M	10:30 ~ 11:30 Basic Airi.F	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg MOE.H	10:30 ~ 11:30 jump to burn MOE.H	
	12:00 ~ 13:00 Waist Airi.F	12:00 ~ 13:00 Back & Arm MOE.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Aya.M		12:00 ~ 13:00 Back & Arm MOE.H	12:30 ~ 13:30 Waist Airi.F	
	13:30 ~ 14:30 Basic Ren	13:30 ~ 14:30 Basic Airi.F	14:30 ~ 15:30 Waist Airi.F		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre MOE.H		
		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Aya.M	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Aya.M				
		17:30 ~ 18:30 jump to burn MOE.H					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Aya.M	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg MOE.H				18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Aya.M	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Aya.M	18:00 ~ 19:00 Basic Airi.F
19:30 ~ 20:30 Basic Ren	19:30 ~ 20:30 Waist Airi.F				19:30 ~ 20:30 Back & Arm Aya.M	19:30 ~ 20:30 Basic Ren	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Aya.M
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Aya.M	21:00 ~ 22:00 jump to burn MOE.H				21:00 ~ 22:00 Basic Ren	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Aya.M	21:00 ~ 22:00 Waist Airi.F

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Aya.M	10:30 ~ 11:30 Basic Airi.F	10:30 ~ 11:30 Waist Airi.F	close	10:30 ~ 11:30 Basic Ren	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kanna	
12:00 ~ 13:00 Basic Ren	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Aya.M	12:30 ~ 13:30 Basic Ren		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kanna	12:30 ~ 13:30 Basic Ren	
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Aya.M	13:30 ~ 14:30 Waist Airi.F	14:30 ~ 15:30 Basic Airi.F		13:30 ~ 14:30 Basic Ren		
	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Aya.M	16:30 ~ 17:30 Waist Airi.F				
	17:30 ~ 18:30 Waist Airi.F					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Aya.M				18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kanna	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Aya.M	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre MOE.H
19:30 ~ 20:30 Basic Airi.F				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg MOE.H	19:30 ~ 20:30 jump to burn MOE.H	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kanna
21:00 ~ 22:00 Waist Airi.F				21:00 ~ 22:00 Pilates Barre MOE.H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Aya.M	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Aya.M

👉 : 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。