

08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Basic Ayane.S	10:30 ~ 11:30 Back&Arm yuki.H	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg yuki.H		10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Rena.T	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Ayane.S		10:30 ~ 11:30 Waist Rena.T
12:00 ~ 13:00 Waist Rena.T	12:00 ~ 13:00 Basic Ayane.S	12:30 ~ 13:30 Release&Strength sora		12:00 ~ 13:00 Waist sora	12:30 ~ 13:30 Basic Rena.T		12:00 ~ 13:00 Back&Arm 未確定
13:30 ~ 14:30 Back&Arm Ayane.S	13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Rena.T	14:30 ~ 15:30 Basic Rena.T		13:30 ~ 14:30 Basic Rena.T			13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Rena.T
	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg yuki.H	16:30 ~ 17:30 Shape up waist yuki.H					
	17:30 ~ 18:30 Basic Ayane.S						
17:30 ~ 18:30 Shape up waist sora				17:30 ~ 18:30 Hip&Leg yuki.H	17:30 ~ 18:30 Stretch&Conditioning sora	17:30 ~ 18:30 Basic sora	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Ayane.S
19:00 ~ 20:00 Basic Rena.T				19:00 ~ 20:00 Release&Strength sora	19:00 ~ 20:00 Basic yuki.H	19:00 ~ 20:00 Back&Arm 未確定	19:00 ~ 20:00 Hip&Leg yuki.H
20:30 ~ 21:30 Release&Strength sora				20:30 ~ 21:30 Back&Arm yuki.H	20:30 ~ 21:30 Shape up waist sora	20:30 ~ 21:30 Stretch&Conditioning Rena.T	20:30 ~ 21:30 Basic Ayane.S

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Basic Ayane.S	10:30 ~ 11:30 Release&Strength sora		10:30 ~ 11:30 Shape up waist sora	10:30 ~ 11:30 Basic Ayane.S		10:30 ~ 11:30 Basic Ayane.S	10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未確定
12:00 ~ 13:00 Shape up waist sora	12:00 ~ 13:00 Basic Ayane.S		12:00 ~ 13:00 Release&Strength sora	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg yuki.H		12:00 ~ 13:00 Back&Arm 未確定	12:00 ~ 13:00 Basic Ayane.S
13:30 ~ 14:30 Release&Strength sora	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg sora		13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未確定			13:30 ~ 14:30 Basic Ayane.S	13:30 ~ 14:30 Shape up waist yuki.H
15:00 ~ 16:00 Basic Ayane.S	16:30 ~ 17:30 Back&Arm 未確定						15:00 ~ 16:00 Hip&Leg yuki.H
17:30 ~ 18:30 Back&Arm 未確定							17:30 ~ 18:30 Basic Ayane.S
			17:30 ~ 18:30 Hip&Leg yuki.H	17:30 ~ 18:30 Waist Rena.T	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Ayane.S	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg yuki.H	
			19:00 ~ 20:00 Waist Rena.T	19:00 ~ 20:00 Back&Arm 未確定	19:00 ~ 20:00 Basic Rena.T	19:00 ~ 20:00 Back&Arm 未確定	
			20:30 ~ 21:30 Stretch&Conditioning yuki.H	20:30 ~ 21:30 Basic Rena.T	20:30 ~ 21:30 Waist Rena.T	20:30 ~ 21:30 Shape up waist yuki.H	

👉：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。

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Waist yuki.H		10:30 ~ 11:30 Release&Strength sora	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未確定		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg sora	10:30 ~ 11:30 Shape up waist sora	10:30 ~ 11:30 Basic sora
12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未確定		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未確定	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning yuki.H		12:00 ~ 13:00 Release&Strength sora	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未確定	12:30 ~ 13:30 Release&Strength sora
14:30 ~ 15:30 Basic yuki.H		13:30 ~ 14:30 Shape up waist sora			13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未確定	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg sora	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 未確定
16:30 ~ 17:30 Release&Strength sora						15:00 ~ 16:00 Back & Arm 未確定	16:30 ~ 17:30 Shape up waist sora
						17:30 ~ 18:30 Release&Strength sora	
		17:30 ~ 18:30 Basic Ayane.S	17:30 ~ 18:30 Release&Strength sora	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 未確定	17:30 ~ 18:30 Basic Ayane.S		
		19:00 ~ 20:00 Back & Arm 未確定	19:00 ~ 20:00 Shape up waist yuki.H	19:00 ~ 20:00 Basic Ayane.S	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 未確定		
		20:30 ~ 21:30 Basic Ayane.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg sora	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 未確定	20:30 ~ 21:30 Basic Ayane.S		

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
月	火	水	木	金	土	日
	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未確定	10:30 ~ 11:30 Shape up waist sora		10:30 ~ 11:30 Waist sora	10:30 ~ 11:30 Basic Ayane.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yuki.H
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning sora	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未確定		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg sora	12:00 ~ 13:00 Waist yuki.H	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未確定
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg sora			13:30 ~ 14:30 Release&Strength sora	13:30 ~ 14:30 Basic Ayane.S	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning yuki.H
					15:00 ~ 16:00 Hip & Leg yuki.H	16:30 ~ 17:30 Waist sora
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm 未確定	
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Ayane.S	17:30 ~ 18:30 Waist yuki.H	17:30 ~ 18:30 Basic Ayane.S	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 未確定		
	19:00 ~ 20:00 Basic Ayane.S	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning yuki.H	19:00 ~ 20:00 Shape up waist yuki.H	19:00 ~ 20:00 Basic Ayane.S		
	20:30 ~ 21:30 Waist sora	20:30 ~ 21:30 Basic Ayane.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg yuki.H	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 未確定		

👉 : 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。