

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 Basic Hinata.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Tomomi.O		10:30 ~ 11:30 Basic Hinata.I	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Tomomi.O	10:30 ~ 11:30 Waist Misaki.J	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Misaki.J
12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Tomomi.O	12:30 ~ 13:30 Waist Misaki.J		12:00 ~ 13:00 Body Balance aono.K	12:30 ~ 13:00 Basic Hinata.I	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Tomomi.O		12:00 ~ 13:00 Basic Hinata.I
13:30 ~ 14:30 Basic Hinata.I			13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning aono.K	13:30 ~ 14:30 Body Balance aono.K	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Misaki.J		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Misaki.J
				15:00 ~ 16:00 Basic Hinata.I	16:30 ~ 17:30 Basic Tomomi.O		
				17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning aono.K			
18:00 ~ 19:00 Waist aono.K	18:00 ~ 19:00 Basic Hinata.I	18:00 ~ 19:00 Back & Arm aono.K	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Tomomi.O				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg aono.K
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Misaki.J	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Tomomi.O	19:30 ~ 20:30 Basic Hinata.I	19:30 ~ 20:30 Waist aono.K				19:30 ~ 20:30 Waist Misaki.J
21:00 ~ 22:00 Back & Arm aono.K	21:00 ~ 22:00 Basic Hinata.I	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre aono.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Tomomi.O				21:00 ~ 22:00 Back & Arm aono.K

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 Back & Arm aono.K		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Misaki.J	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning aono.K	10:30 ~ 11:30 Basic Hinata.I	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning aono.K	10:30 ~ 11:30 Basic Hinata.I
12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Tomomi.O		12:00 ~ 13:00 Basic Hinata.I	12:00 ~ 13:00 Body Balance aono.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Tomomi.O		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Tomomi.O	12:30 ~ 13:30 Waist aono.K
		13:30 ~ 14:30 Waist Misaki.J	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Tomomi.O	14:30 ~ 15:30 Basic Hinata.I		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Tomomi.O	
			15:00 ~ 16:00 Back & Arm Tomomi.O	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Tomomi.O			
			17:30 ~ 18:30 Pilates Barre aono.K				
18:00 ~ 19:00 Waist Misaki.J	18:00 ~ 19:00 Basic Hinata.I	18:00 ~ 19:00 Back & Arm aono.K				18:00 ~ 19:00 Basic Hinata.I	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Tomomi.O
19:30 ~ 20:30 Body Balance aono.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre aono.K	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning aono.K				19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Tomomi.O	19:30 ~ 20:30 Basic Hinata.I
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Misaki.J	21:00 ~ 22:00 Body Balance aono.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Tomomi.O				21:00 ~ 22:00 Basic Hinata.I	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Tomomi.O

・休職可能レッスン

・クラスの個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週間前までにお申し込みしております。
 ・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 Pilates Barre Tomomi.O	10:30 ~ 11:30 Basic Mio.N	10:30 ~ 11:30 Body Balance aono.K	close	10:30 ~ 11:30 Waist aono.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mio.N	
	12:00 ~ 13:00 Basic Mio.N	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Tomomi.O	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Tomomi.O		12:00 ~ 13:00 Body Balance aono.K	12:30 ~ 13:30 Basic Hinata.I	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Tomomi.O	13:30 ~ 14:30 Basic Mio.N	14:30 ~ 15:30 Waist aono.K		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Tomomi.O		
		15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Tomomi.O	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Tomomi.O				
		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Tomomi.O					
18:00 ~ 19:00 Basic Hinata.I	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg aono.K				18:00 ~ 19:00 Waist Hinata.I	18:00 ~ 19:00 Basic MIO.N	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning aono.K
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg aono.K	19:30 ~ 20:30 Basic Hinata.I				19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Tomomi.O	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mio.N	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Tomomi.O
21:00 ~ 22:00 Waist aono.K	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning aono.K				21:00 ~ 22:00 Basic Hinata.I	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Tomomi.O	21:00 ~ 22:00 Body Balance aono.K

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 Waist Hinata.I	10:30 ~ 11:30 Waist Hinata.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Tomomi.O	close	10:30 ~ 11:30 Basic Hinata.I	10:30 ~ 11:30 Waist Hinata.I	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mio.N	12:00 ~ 13:00 Basic Mio.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mio.N		12:00 ~ 13:00 Waist Hinata.I	12:30 ~ 13:30 Basic Mio.N	
13:30 ~ 14:30 Basic MIO.N	13:30 ~ 14:30 Body Balance aono.K	14:30 ~ 15:30 Basic Mio.N		13:30 ~ 14:30 Basic MIO.N		
	15:00 ~ 16:00 Basic Hinata.I	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Tomomi.O				
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm MIO.N					
18:00 ~ 19:00 Waist Hinata.I				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Tomomi.O	18:00 ~ 19:00 Body Balance aono.K	18:00 ~ 19:00 Waist aono.K
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Tomomi.O				19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Tomomi.O	19:30 ~ 20:30 Basic Hinata.I	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Tomomi.O
21:00 ~ 22:00 Basic Hinata.I				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mio.N	21:00 ~ 22:00 Waist Hinata.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm aono.K

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し立てください。
 ・レッスン開始時間1時間前までのごキャンセルは、お振替が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。