

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 Hip & Leg yukino.m	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Elena.S	10:30 ~ 11:30 Waist Nanaho.K	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Elena.S	10:30 ~ 11:30 jump to burn Nanaho.K		10:30 ~ 11:30 Waist Hinata.i
12:00 ~ 13:00 Basic yukino.m	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg yukino.m	12:30 ~ 13:30 Basic yukino.m		12:00 ~ 13:00 Body Balance Elena.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Elena.S		12:00 ~ 13:00 Basic Hinata.i
13:30 ~ 14:30 Release&Strength Nanaho.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Elena.S	14:30 ~ 15:30 jump to burn Nanaho.K		13:30 ~ 14:30 Basic Machi.S			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg yukino.m
	15:00 ~ 16:00 Basic yukino.m	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg yukino.m					
	17:30 ~ 18:30 Body Balance Elena.S						
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Elena.S				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg yukino.m	18:00 ~ 19:00 Waist Machi.S	18:00 ~ 19:00 Basic yukino.m	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg yukino.m
19:30 ~ 20:30 jump to burn Nanaho.K				19:30 ~ 20:30 Waist Machi.S	19:30 ~ 20:30 Basic Machi.S	19:30 ~ 20:30 Waist Hinata.i	19:30 ~ 20:30 Basic Machi.S
21:00 ~ 22:00 Basic Elena.S				21:00 ~ 22:00 Basic yukino.m	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg yukino.m	21:00 ~ 22:00 Basic Hinata.i	21:00 ~ 22:00 Waist Machi.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 yukino.m	10:30 ~ 11:30 jump to burn Nanaho.K	close	10:30 ~ 11:30 Waist Machi.S	10:30 ~ 11:30 Basic Machi.S		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yukino.m	10:30 ~ 11:30 Basic Machi.S	
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Elena.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Elena.S		12:00 ~ 13:00 Basic Machi.S	12:30 ~ 13:30 Waist Machi.S		12:00 ~ 13:00 Basic yukino.m	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Elena.S	
13:30 ~ 14:30 Basic Machi.S	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Nanaho.K		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg yukino.m			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Elena.S	13:30 ~ 14:30 Basic Machi.S	
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg yukino.m	16:30 ~ 17:30 Body Balance Elena.S						15:00 ~ 16:00 Waist Machi.S	
17:30 ~ 18:30 Waist Machi.S							17:30 ~ 18:30 Back & Arm Elena.S	
				18:00 ~ 19:00 jump to burn Nanaho.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg yukino.m	18:00 ~ 19:00 Body Balance Elena.S	18:00 ~ 19:00 Waist Machi.S	
				19:30 ~ 20:30 Basic yukino.m	19:30 ~ 20:30 Waist Nanaho.K	19:30 ~ 20:30 Basic Machi.S	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Elena.S	
				21:00 ~ 22:00 Release&Strength Nanaho.K	21:00 ~ 22:00 Basic yukino.m	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Elena.S	21:00 ~ 22:00 Basic Machi.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 Nanaho.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic yukino.m	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yukino.m		10:30 ~ 11:30 jump to burn Nanaho.K	10:30 ~ 11:30 Waist Machi.S	10:30 ~ 11:30 Basic Machi.S	
12:30 ~ 13:30 Basic yukino.m		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg yukino.m	12:30 ~ 13:30 Basic yukino.m		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Nanaho.K	12:00 ~ 13:00 Basic yukino.m	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg yukino.m	
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Nanaho.K		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Elena.S			13:30 ~ 14:30 Waist Machi.S	13:30 ~ 14:30 Body Balance Elena.S	14:30 ~ 15:30 Basic yukino.m	
16:30 ~ 17:30 Basic yukino.m						15:00 ~ 16:00 Basic Machi.S	16:30 ~ 17:30 Waist Machi.S	
							17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Elena.S	
			18:00 ~ 19:00 Basic Machi.S	18:00 ~ 19:00 Waist Elena.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Nanaho.K	18:00 ~ 19:00 Body Balance Elena.S		
			19:30 ~ 20:30 Body Balance Elena.S	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Elena.S	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Nanaho.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Elena.S		
			21:00 ~ 22:00 Waist Machi.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Nanaho.K	21:00 ~ 22:00 Basic Machi.S	21:00 ~ 22:00 Basic Machi.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 Stretch & Conditioning Elena.S	10:30 ~ 11:30 Body Balance Elena.S		10:30 ~ 11:30 Waist Machi.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Elena.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Elena.S
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Elena.S	12:30 ~ 13:30 jump to burn Nanaho.K		12:00 ~ 13:00 Basic Machi.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Elena.S	12:30 ~ 13:30 Waist Machi.S
	13:30 ~ 14:30 Basic yukino.m			13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Elena.S	13:30 ~ 14:30 Basic yukino.m	14:30 ~ 15:30 jump to burn Nanaho.K
					15:00 ~ 16:00 Hip & Leg yukino.m	16:30 ~ 17:30 Basic Machi.S
					17:30 ~ 18:30 Body Balance Elena.S	
	18:00 ~ 19:00 Waist Machi.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg yukino.m	18:00 ~ 19:00 Basic Tomomi.O	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Nanaho.K		
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg yukino.m	19:30 ~ 20:30 Basic yukino.m	19:30 ~ 20:30 Waist Machi.S	19:30 ~ 20:30 Body Balance Elena.S		
	21:00 ~ 22:00 Basic Machi.S	21:00 ~ 22:00 Waist Machi.S	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Tomomi.O	21:00 ~ 22:00 jump to burn Nanaho.K		

👉 : 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。