

09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Mizuka.s	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Yuna.U		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre mayu	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 mayu	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 hoa	close
	12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Meiko.N	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t	12:00 ~ 13:00 Body Balance 未定	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 Mizuka.s	
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Mizuka.s			13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 mayu	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 未定	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Meiko.N	
					15:00 ~ 16:00 Release&Strength mayu	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🍃 Kokoru.y	
					17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 Meiko.N		
	17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Yuna.U	17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 Meiko.N	17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 mayu	17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Meiko.N			
	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🍃 Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🍃 Mizuka.s	19:00 ~ 20:00 Body Balance 未定			
	20:30 ~ 21:30 Stretch&Conditioning 🍃 Yuna.U	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 Mizuka.s	20:30 ~ 21:30 Body Balance 未定	20:30 ~ 21:30 Waist 🍃 Meiko.N			

09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 mayu	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U		10:30 ~ 11:30 Body Balance Mizuki.t	10:30 ~ 11:30 Body Balance Mizuki.t	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 mayu		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Meiko.N	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 mayu	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Meiko.N
13:30 ~ 14:00 Release&Strength mayu			13:30 ~ 14:00 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Meiko.N	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U		13:30 ~ 14:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U
				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t	16:30 ~ 17:30 Body Balance Mizuki.t		
				17:30 ~ 18:30 Pilates Barre mayu			
17:30 ~ 18:30 Body Balance Mizuki.t	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 mayu	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍃 mayu
19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Waist 🍃 Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning 🍃 mayu				19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U
20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t	20:30 ~ 21:30 Body Balance Mizuki.t	20:30 ~ 21:30 Pilates Barre mayu	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 mayu				20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 mayu

🍃：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時間前を切っの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。

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Meiko.N		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Meiko.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre mayu	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength 未定	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t		12:00 ~ 13:00 Release&Strength mayu	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Meiko.N		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 mayu	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 mayu
		13:30 ~ 14:00 Basic 🍃 Meiko.N	13:30 ~ 14:00 Basic 🍃 Meiko.N	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U		13:30 ~ 14:00 Waist 🍃 Meiko.N	
			14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U	16:30 ~ 17:30 Waist 🍃 Meiko.N		14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t	
			17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 mayu			17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Meiko.N	
17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Yuna.U	17:30 ~ 18:30 Body Balance Mizuki.t	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🍃 Liina.S					17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Meiko.N
19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t	19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 Yuna.U					19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U
20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 🍃 mayu	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Meiko.N	20:30 ~ 21:30 Pilates Barre Liina.S					20:30 ~ 21:30 Waist 🍃 Meiko.N

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
木	金	土	日	月	火
	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Meiko.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U	10:30 ~ 11:30 Body Balance Mizuki.t	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Meiko.N
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U	12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Meiko.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Yuna.U
	13:30 ~ 14:00 Hip & Leg 🍃 Meiko.N	13:30 ~ 14:30 Body Balance mayu	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Mizuki.t		13:30 ~ 14:00 Basic 🍃 Meiko.N
		15:00 ~ 16:00 Basic 🍃 Yuna.U	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U		
		17:30 ~ 18:30 Release&Strength Mizuki.t			
17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍃 Mizuki.t	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 mayu				17:30 ~ 18:30 Body Balance Mizuki.t
19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 Yuna.U	19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 mayu				19:00 ~ 20:00 Release&Strength Mizuki.t
20:30 ~ 21:30 Body Balance Mizuki.t	20:30 ~ 21:30 Release&Strength 未定				20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 Yuna.U

🍃 : 体験可能レッスン
・クラブの編成およびイベントプログラムは予告なく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。