

09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Basic Haruka.N	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Honoka.K		10:30 ~ 11:30 Release&Strength Ayu	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Basic Ayu	close
	12:00 ~ 13:00 Waist Honoka.K	12:30 ~ 13:30 Basic Hinako.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Haruka.N	12:00 ~ 13:00 Basic Hinako.K	12:30 ~ 13:30 Waist Honoka.K	
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Haruka.N			13:30 ~ 14:30 Basic Ayu	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Hinako.K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Ayu	
					15:00 ~ 16:00 Waist Honoka.K	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Honoka.K	
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm Hinako.K		
	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Hinako.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Haruka.N	18:00 ~ 19:00 Basic Mai.N	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Honoka.K			
	19:30 ~ 20:30 Basic Hinako.K	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Ayu	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Haruka.N	19:30 ~ 20:30 Basic Hinako.K			
	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Honoka.K	21:00 ~ 22:00 Basic Haruka.N	21:00 ~ 22:00 Waist Mai.N	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Hinako.K			

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 Waist Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Basic Haruka.N		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Waist Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Hinako.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Honoka.K
12:00 ~ 13:00 Release&Strength Ayu	12:30 ~ 13:30 Waist Mai.N		12:00 ~ 13:00 Basic Hinako.K	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Haruka.N	12:30 ~ 13:30 Basic Mai.N		12:00 ~ 13:00 Waist Honoka.K
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Honoka.K			13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Hinako.K	13:30 ~ 14:30 Basic Mai.N	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Hinako.K		13:30 ~ 14:30 Basic Hinako.K
				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Honoka.K	16:30 ~ 17:30 Basic Mai.N		
				17:30 ~ 18:30 Basic Haruka.N			
18:00 ~ 19:00 Basic Haruka.N	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Hinako.K	18:00 ~ 19:00 Waist Honoka.K	18:00 ~ 19:00 Basic Mai.N				18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Hinako.K
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Hinako.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Honoka.K	19:30 ~ 20:30 Basic Hinako.K	19:30 ~ 20:30 Waist Mai.N				19:30 ~ 20:30 Basic Haruka.N
21:00 ~ 22:00 Basic Haruka.N	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hinako.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Honoka.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Haruka.N				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Haruka.N

👉：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。

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 Back & Arm Haruka.N		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Hinako.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Haruka.N	10:30 ~ 11:30 Basic Haruka.N	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Haruka.N	10:30 ~ 11:30 Basic Haruka.N
12:30 ~ 13:30 Basic Haruka.N		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Honoka.K	12:00 ~ 13:00 Basic Hinako.K	12:30 ~ 13:30 Waist Honoka.K		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Hinako.K	12:30 ~ 13:30 Waist Honoka.K
		13:30 ~ 14:30 Basic Hinako.K	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Honoka.K	14:30 ~ 15:30 Basic Haruka.N		13:30 ~ 14:30 Basic Haruka.N	
			15:00 ~ 16:00 Basic Haruka.N	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Honoka.K		15:00 ~ 16:00 Release&Strength Hinako.K	
			17:30 ~ 18:30 Waist Honoka.K			17:30 ~ 18:30 Basic Haruka.N	
18:00 ~ 19:00 Waist Ayu	18:00 ~ 19:00 Basic Hinako.K	18:00 ~ 19:00 Waist Mai.N					18:00 ~ 19:00 Release&Strength Hinako.K
19:30 ~ 20:30 Release&Strength Hinako.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Honoka.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Haruka.N					19:30 ~ 20:30 Basic Mai.N
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Ayu	21:00 ~ 22:00 Waist Honoka.K	21:00 ~ 22:00 Basic Mai.N					21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Hinako.K

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
木	金	土	日	月	火
	10:30 ~ 11:30 Basic Mai.N	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Hinako.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hinako.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Haruka.N
	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Hinako.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Honoka.K	12:30 ~ 13:30 Basic Haruka.N		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Hinako.K
	13:30 ~ 14:30 Waist Mai.N	13:30 ~ 14:30 Basic Hinako.K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Hinako.K		13:30 ~ 14:30 Basic Haruka.N
		15:00 ~ 16:00 Waist Honoka.K	16:30 ~ 17:30 Basic Haruka.N		
		17:30 ~ 18:30 Basic Hinako.K			
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Ayu	18:00 ~ 19:00 Basic Haruka.N				18:00 ~ 19:00 Waist Honoka.K
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Ayu	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Honoka.K				19:30 ~ 20:30 Release&Strength Ayu
21:00 ~ 22:00 Basic Haruka.N	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Haruka.N				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Honoka.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。