

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 Waist 🍃 Rena.T	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Rena.T		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 sakura.I	10:30 ~ 11:30 Release&Strength rico.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 sakura.I	close
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 sakura.I	12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 Rena.T		12:00 ~ 13:00 Body Balance Momoka.K	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Momoka.K	12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 Rena.T	
	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Rena.T			13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Rena.T	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 rico.S	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Momoka.K	
					15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Marin	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 sakura.I	
					17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 Momoka.K		
	18:00 ~ 19:00 Body Balance Momoka.K	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Momoka.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 sakura.I	18:00 ~ 19:00 jump to burn Marin			
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 sakura.I	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 🍃 sakura.I	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Rena.T	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 rico.S			
	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Momoka.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 sakura.I	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Rena.T	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Rena.T			

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 Body Balance Momoka.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 sakura.I		10:30 ~ 11:30 Release&Strength rico.S	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 rico.S	10:30 ~ 11:30 Body Balance Momoka.K	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength rico.S
12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Momoka.K	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍃 Momoka.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 sakura.I	12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Rena.T	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍃 Rena.T		12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Rena.T
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 sakura.I			13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 sakura.I	13:30 ~ 14:30 jump to burn Marin	14:30 ~ 15:30 Waist 🍃 Rena.T		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 rico.S
				15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Marin	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Momoka.K		
				17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 Rena.T			
18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 rico.S	18:00 ~ 19:00 Release&Strength rico.S	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 rico.S	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Marin				18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 sakura.I
19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 sakura.I	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Rena.T	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 rico.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 rico.S				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 sakura.I
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 rico.S	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 rico.S	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 sakura.I	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Rena.T				21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Momoka.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。

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 Waist 🌿 Rena.T		10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Rena.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 rico.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌿 sakura.I	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🌿 rico.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌿 sakura.I
12:30 ~ 13:30 Basic 🌿 rico.S		12:00 ~ 13:00 Waist 🌿 Rena.T	12:30 ~ 13:00 Basic 🌿 Momoka.K	12:30 ~ 13:30 Waist 🌿 rico.S		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 sakura.I	12:30 ~ 13:30 Leg Lines rico.S
		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🌿 Momoka.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Marin	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🌿 sakura.I		13:30 ~ 14:30 Release&Strength rico.S	
			15:00 ~ 16:00 jump to burn Marin	16:30 ~ 17:30 Basic 🌿 rico.S		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🌿 sakura.I	
			17:30 ~ 18:30 Waist 🌿 rico.S			17:30 ~ 18:30 Basic 🌿 Momoka.K	
18:00 ~ 19:00 jump to burn Marin	18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 Rena.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 rico.S					18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Marin
19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Marin	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🌿 sakura.I	19:30 ~ 20:30 Release&Strength rico.S					19:30 ~ 20:30 jump to burn Marin
21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌿 sakura.I	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🌿 Rena.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌿 sakura.I					21:00 ~ 22:00 Basic 🌿 Rena.T

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	
木	金	土	日	月	火	
	10:30 ~ 11:30 Leg Lines rico.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Rena.T	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Rena.T	close	10:30 ~ 11:30 Leg Lines rico.S	
	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 rico.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 sakura.I	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌿 sakura.I		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Rena.T	
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌿 sakura.I	13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 rico.S	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🌿 sakura.I		13:30 ~ 14:30 Waist 🌿 rico.S	
		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Marin	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Rena.T			
		17:30 ~ 18:30 Leg Lines rico.S				
18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 Momoka.K	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Rena.T				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 sakura.I	
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Rena.T	19:30 ~ 20:30 Waist 🌿 Rena.T				19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 Momoka.K	
21:00 ~ 22:00 Waist 🌿 Rena.T	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🌿 Momoka.K				21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌿 sakura.I	

🌿 : 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時間前を切つて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。