			K久留米			[	11/01	~	11/0	80	1	スケ	ジュ-	ール						2025/10	/11	更新
1130   1130		11/01			11/02		11/03			11/04			11/05		11/0	06		11/07			11/08	
Pari		±			Ħ		月			火			水		*			金			±	
No column	10:30	~	11:30	10:30	~	11:30			10:30	~	11:30	10:30	~	11:30			10:30	) ~	11:30	10:30	~	11:30
12:00	E	Basic		jum	p to b	urn			E	Basic		Вас	k & Arn	n				Basic		Hij	&Leg	ı
Parameter   Para		Misaki.j			Misaki.j	ı				Misaki.j			∕ashiro.	ı				Mashiro	o.l		Ayu.N	
A	12:00	~	13:00	12:00	~	13:00			12:00	~	13:00	12:30	~	13:30			12:00	) ~	13:00	12:00	~	13:00
13:30	Вас	k&Arr	n	Е	Basic				Hip	&Leg		E	Basic					Waist		E	Basic	
Since   Sinc		Mashiro.	.I		Misaki.j					Ayu.N			Misaki.j					Ruka.	ı		Mashiro.	.I
Misaki	13:30	~	14:30	13:30	~	14:30			13:30	~	14:30						13:30	) ~	14:30	13:30	~	14:30
16:00	\	Vaist		Вас	k&Arı	n			jun	np to bu	urn						В	ack & Ar	m	Stretch &	.Condi	tioning
Ayu N		Misaki.j		N	Mashiro	.I				Misaki.j					clos	:e		Ruka.			Misaki.j	
Ayu.   16:30	15:00	~	16:00									1								15:00	~	16:00
A	Hij	&Leg	l																	١	Vaist	
Rasic   Mashiro.1   Mashiro.		Ayu.N											close								Misaki.j	
Rasic   Mashiro.]   Mashiro.				16:30	~	17:30												_1				
17:30				Е	Basic		close			CIOSO								CIOSE				
Mashiro.1				N	Mashiro	.l																
Mashiro.1	17:30	~	18:30																	17:30	~	18:30
18:00	E	Basic													-					Вас	k&Arr	n
Waist		Mashiro.	.I																		Ayu.N	
Ruka.    Ayu.N   Mashiro.    Mashiro.    Mashiro.    Mashiro.									18:00	~	19:00	18:00	~	19:00	18:00 ~	19:00	18:00	) ~	19:00			
19:30									V	Vaist		Hiş	&Leg		Back &	Arm		Basic				
Hip&Leg   Basic   Waist   Hip&Leg										Ruka.l			Ayu.N		Mash	iro.l		Mashiro	o.l			
Ayu.N Misaki.j Ruka.J Ayu.N  21:00 ~ 22:00 21:00 ~ 22:00 21:00 ~ 22:00  Basic Back & Arm Basic Back & Arm									19:30	~	20:30	19:30	~	20:30	19:30 ~	20:30	19:30	) ~	20:30			
21:00 ~ 22:00 21:00 ~ 22:00 21:00 ~ 22:00 21:00 ~ 22:00  Basic Back&Arm Basic Back&Arm									Hip	&Leg		E	Basic		Wais	t	H	lip & Le	g			
Basic Back & Arm Basic Back & Arm										Ayu.N			Misaki.j		Ruk	a.I		Ayu.N				
									21:00	~	22:00	21:00	~	22:00	21:00 ~	22:00	21:00	~	22:00			
Ruka.l Ayu.N Ruka.l Ayu.N									E	Basic		Вас	k&Arn	n	Basi		В	ack & Ar	m			
										Ruka.l			Ayu.N		Ruk	a.l		Ayu.N				

	K久	、留米			[	11/0	)9	~	11/1	16	1	スケジ	ュール							2025/1	0/11	更新	
	11/09			11/10		11/11		11/12		11	/13	11/14		11/15			11/16						
	Ħ			月			火			水			*		金			±			Ħ		
10:30	~	11:30	10:30	~	11:30	10:30	~	11:30	10:30	~	11:30			10:30	~	11:30	10:30	~	11:30	10:30	~	11:30	
Back	Back & Arm		V	Vaist		jum	np to bu	urn	E	Basic					Waist		Stretch & Conditioning		litioning	Hip & Leg		,	
	Ayu.N			Ruka.l			Misaki.j		N	Mashiro.I	ı				Ruka.l			Misaki	.j		Ayu.N		
12:00	~	13:00	12:00	~	13:00	12:00	~	13:00	12:30	~	13:30	İ		12:00	~	13:00	12:00	~	13:00	12:00	~	13:00	
Hip	&Leg			n	Basic		Waist				Hi	ip & Leg	ı	Bac	ck & Ar	rm	,	<b>N</b> aist					
	Ayu.N			Ayu.N			Misaki.j			Misaki.j					Ayu.N			Ayu.N	ı		Ruka.l		
13:30	~	14:30				13:30	~	14:30						13:30	~	14:30	13:30	~	14:30	13:30	~	14:30	
jum	p to bı	urn				Вас	k&Arn	n						Basic			jun	jump to burn			Basic		
-	Ruka.I						Ayu.N					cl	086		Ruka.l			Misaki	.j		Ruka.l		
																	15:00	~	16:00				
																	E	Basic					
				close						close								Mashire	o.l				
16:30	~	17:30					close								close					16:30	~	17:30	
Back	&Arn	n					01030								01030					Hi	p&Leg		
	Ruka.I																				Ayu.N		
																	17:30	~	18:30				
																	Bac	ck & Ar	rm				
																		Ayu.N	ı				
			18:00	~	19:00	18:00	~	19:00	18:00	~	19:00	18:00	~ 19:00	18:00	~	19:00							
			V	Vaist		Е	Basic		Вас	k&Arm	1	Bas	ic	Н	ip&Leg	J							
				Ruka.I			Ruka.I			Ayu.N		Mas	hiro.l		Misaki.j	i							
			19:30	~	20:30	19:30	~	20:30	19:30	~	20:30	19:30	~ 20:30	19:30	~	20:30							
			E	Basic		Вас	k&Arn	n	V	Vaist		jump	to burn	Ва	ck&An	m							
				Misaki.j			Ayu.N			Ruka.l		Ru	ıka.l		Mashiro	J							
			21:00	~	22:00	21:00	~	22:00	21:00	~	22:00	21:00	~ 22:00	21:00	~	22:00							
			Hip & Leg		Waist		Hip & Leg		Back & Arm		Basic												
				Misaki.j			Ruka.I			Ayu.N		Mas	hiro.l		Misaki.j	i							

K久留米	ľ	11/17 ~	11/24	スケジュール			2025/10/11
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
月	火	*	*	<b>±</b>	±	B	月
				10:30 ~ 11:30 Hip & Leg	10:30 ~ 11:30 Basic	10:30 ~ 11:30 Back & Arm	
				Misaki.j	Mashiro.I	Ayu.N	
				12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	·	
				Back & Arm	Waist	Basic	
				Ruka.l	Ruka.I	Mashiro.I	
				13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
				Waist	Back & Arm	Hip & Leg	
			close	Ruka.l	Mashiro.I	Ayu.N	
					15:00 ~ 16:00		
					jump to burn		
					Ruka.I		
				close		16:30 ~ 17:30	
close	全店研修	全店研修				Back & Arm	close
						Mashiro.I	
					17:30 ~ 18:30		
					Basic		
					Mashiro.I		
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
			jump to burn	Basic			
			Misaki.j	Mashiro.I			
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Waist	Stretch & Conditioning			
			Ruka.l	Misaki.j			
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
			Basic	Back & Arm			
		I	Mashiro.I	Mashiro.l	1		

	久留米			[	11/2	25	~			]	スケ	ジュ-	ール			
11/25	,		11/26			11/27			11/28			11/29			11/30	
火			水			木			金			±			Ħ	
10:30 ~	11:30	10:30	~	11:30				10:30	~	11:30	10:30	~	11:30	10:30	~	11:30
Hip&Le	g	В	Basic					E	Basic		v	Vaist		Hip	&Leg	J
Ayu.N			Misaki.j						Mashiro.	ı		Misaki.j			Misaki.j	i
12:00 ~	13:00			1			12:00	~	13:00	12:00	~	13:00	12:00	~	13:00	
Waist		Hip	&Leg					٧	Vaist		Вас	k & Arr	n	jum	p to b	urn
Ruka			Ayu.N						Ruka.l			Ayu.N			Ruka.l	
13:30 ~	14:30				1			13:30	~	14:30	13:30	~	14:30	13:30	~	14:30
Back & A	rm							Basic			Hip	&Leg		Back & Arm		
Ayu.N	ı					close		Mashiro.I				Misaki.j		Mashiro.I		
		1									15:00	~	16:00			
			close									Basic				
												Mashiro.I				
close	_								close					16:30	~	17:30
Close	1								CIOSO					В	asic	
															Mashiro	1
											l				iasiiiio	••
											17:30	~	18:30		iasiiio	··
															iasiiio	
												~ &Leg			iasiiio	•
		10.05									Hip				iasiiio	•
18:00 ~	19:00	18:00	~	19:00	18:00	~	19:00	18:00	~	19:00	Hip	&Leg			iasiiio	
18:00 ~ Waist			~ Basic	19:00		~ Waist	19:00		~ D&Leg		Hip	&Leg			nasiii 0	
		Е					19:00				Hip	&Leg			nasiii U	
		Е	Basic			Vaist	19:00		& Leg		Hip	&Leg			nasilii U	
Waist Ruka	.ı 20:30	19:30	Basic Mashiro.	.l	19:30	Waist Ruka.l		Hip 19:30	& Leg	20:30	Hip	&Leg			i da si i i i i	
Waist Ruka. 19:30 ~ Basic	20:30	19:30 V	Basic Mashiro. ~ Vaist	.l	19:30	Ruka.I		19:30 Bac	Ayu.N ~ k&Arr	20:30 n	Hip	&Leg			i da si i i i i i i i i i i i i i i i i i i	
Waist Ruka. 19:30 ~	20:30	19:30 V	Basic Mashiro.  Vaist Ruka.l	.l	19:30	Waist Ruka.I ~ Basic Ruka.I	20:30	19:30 Bac	Ayu.N  Ayu.N  k&Arr	<b>20:30</b> n	Hip	&Leg			nasilii 0	
Waist Ruka. 19:30 ~ Basic Misaki	.i 20:30 i.j 22:00	19:30 V	Basic Mashiro.  Vaist Ruka.l	20:30	19:30 E	Ruka.I	20:30	19:30 Bac 21:00	Ayu.N  Ayu.N  k&Arr	20:30 n 1 22:00	Hip	&Leg			idestiii U	