

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	
Cocomi.O	Cocomi.O		Cocomi.O	Rin.U		miyu	miyu	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	
natsuki.s	Rin.U		Rin.U	natsuki.s		natsuki.s	Cocomi.O	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Basic 🌱	Body Balance		Waist 🌱			Back & Arm 🌱	Waist 🌱	
natsuki.s	未定		Cocomi.O			miyu	Cocomi.O	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Waist 🌱	Hip & Leg 🌱							Hip & Leg 🌱
Cocomi.O	Rin.U							miyu
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30
Body Balance								Basic 🌱
未定								Cocomi.O
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
			Basic 🌱	Body Balance	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		
			natsuki.s	miyu	Cocomi.O	Rin.U		
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
			Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		
			Rin.U	Cocomi.O	Rin.U	natsuki.s		
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
			Stretch & Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱		
			natsuki.s	miyu	Cocomi.O	Rin.U		

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	
natsuki.s		miyu	natsuki.s		Rin.U	natsuki.s	miyu	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	
miyu		natsuki.s	miyu		miyu	Rin.U	Cocomi.O	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Back & Arm 🌱		Stretch & Conditioning 🌱			Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	
miyu		natsuki.s			Rin.U	Rin.U	miyu	
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Body Balance							Body Balance	Basic 🌱
natsuki.s							natsuki.s	Cocomi.O
							17:30 ~ 18:30	
							Waist 🌱	
							natsuki.s	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Waist 🌱	Basic 🌱	Body Balance	Stretch & Conditioning 🌱			
		Rin.U	Rin.U	miyu	natsuki.s			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Body Balance	Waist 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱			
		miyu	Cocomi.O	natsuki.s	miyu			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱			
		Rin.U	Rin.U	miyu	natsuki.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。

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	close	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
		Hip & Leg 🏊		Basic 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊	
		miyu		Cocomi.O	Rin.U	Rin.U	
		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
		Basic 🏊		Waist 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊	
		Cocomi.O		miyu	miyu	未定	
		close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
				Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	
				未定	Rin.U	Cocomi.O	
				close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊	
					miyu	Rin.U	
		close		17:30 ~ 18:30			
				Basic 🏊			
				Cocomi.O			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Waist 🏊	Basic 🏊	Body Balance					
Cocomi.O	natsuki.s	miyu					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Stretch & Conditioning 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊					
natsuki.s	Rin.U	Rin.U					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Basic 🏊	Body Balance	Hip & Leg 🏊					
natsuki.s	natsuki.s	Rin.U					

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	
火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist 🏊	Basic 🏊		Body Balance	Basic 🏊	Back & Arm 🏊	
miyu	natsuki.s		miyu	Cocomi.O	miyu	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic 🏊	Back & Arm 🏊		Basic 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊	
Cocomi.O	Cocomi.O		Rin.U	Rin.U	natsuki.s	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Hip & Leg 🏊			Waist 🏊	Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊	
miyu			miyu	Cocomi.O	Rin.U	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
					Basic 🏊	Body Balance
					Rin.U	natsuki.s
			17:30 ~ 18:30			
			Hip & Leg 🏊			
			Rin.U			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Back & Arm 🏊	Body Balance	Waist 🏊	Hip & Leg 🏊			
Cocomi.O	miyu	Cocomi.O	Rin.U			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊			
natsuki.s	Rin.U	Rin.U	Cocomi.O			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Stretch & Conditioning 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Basic 🏊			
natsuki.s	miyu	Cocomi.O	Cocomi.O			

🏊 : 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。