

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08												
日	月	火	水	木	金	土	日												
10:30 ~ 11:30 jump to burn nana.f	close	10:30 ~ 11:30 Waist Yuki.I	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Hiroyo.M	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg nana.f	10:30 ~ 11:30 Basic Sana.H	10:30 ~ 11:30 Waist Sana.H												
12:30 ~ 13:30 Basic Erina.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Sana.H	12:30 ~ 13:30 Basic Sana.H		12:00 ~ 13:00 Basic Erina.K	12:00 ~ 13:00 Body Balance Erina.K	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning nana.f												
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg nana.f		13:30 ~ 14:30 Basic Yuki.I	close		close	13:30 ~ 14:30 jump to burn nana.f	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Sana.H	14:30 ~ 15:30 Basic Sana.H											
16:30 ~ 17:30 Body Balance Erina.K		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Waist Erina.K	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg nana.f									
close									close	close	close	close	close	close					
															18:00 ~ 19:00 Waist Erina.K	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Hiroyo.M	18:00 ~ 19:00 Body Balance Erina.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Sana.H	17:30 ~ 18:30 Basic Sana.H
															19:30 ~ 20:30 Basic Sana.H	19:30 ~ 20:30 jump to burn nana.f	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Erina.K	19:30 ~ 20:30 Waist Hiroyo.M	close
															21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Erina.K	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning nana.f	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hiroyo.M	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Hiroyo.M	

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16								
月	火	水	木	金	土	日	月								
close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Hiroyo.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Sana.H	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic nana.f	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hiroyo.M	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Hiroyo.M	close								
	12:00 ~ 13:00 Waist Sana.H	12:30 ~ 13:30 jump to burn nana.f		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg nana.f	12:00 ~ 13:00 Basic Erina.K	12:30 ~ 13:30 Body Balance Erina.K									
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Hiroyo.M	close		close	13:30 ~ 14:30 Body Balance Erina.K	13:30 ~ 14:30 Waist Erina.K		14:30 ~ 15:30 Back & Arm Hiroyo.M							
	close				close	close		close	close	close					
											18:00 ~ 19:00 Basic Erina.K	18:00 ~ 19:00 Waist Hiroyo.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Sana.H	18:00 ~ 19:00 Waist Erina.K	17:30 ~ 18:30 Body Balance Erina.K
											19:30 ~ 20:30 Back & Arm Sana.H	19:30 ~ 20:30 Basic Erina.K	19:30 ~ 20:30 Waist nana.f	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Hiroyo.M	close
											21:00 ~ 22:00 Body Balance Erina.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg nana.f	21:00 ~ 22:00 jump to burn nana.f	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Hiroyo.M	

👉：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。

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24				
火	水	木	金	土	日	月	火				
10:30 ~ 11:30 Waist Sana.H	10:30 ~ 11:30 Basic Sana.H	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Hiroyo.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Sana.H	10:30 ~ 11:30 jump to burn nana.f	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Hiroyo.M				
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Erina.K	12:30 ~ 13:30 Back & Arm nana.f		12:00 ~ 13:00 Pre Basic nana.f	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Hiroyo.M	12:30 ~ 13:30 Waist Sana.H		12:00 ~ 13:00 Basic Sana.H				
13:30 ~ 14:30 Basic Sana.H	close		13:30 ~ 14:30 Waist nana.f	13:30 ~ 14:30 Basic Sana.H	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg nana.f		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Sana.H				
close			15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Hiroyo.M	15:00 ~ 16:00 Waist Sana.H	16:30 ~ 17:30 Basic Sana.H		close	close			
			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Erina.K	18:00 ~ 19:00 Basic Erina.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg nana.f				17:30 ~ 18:30 jump to burn nana.f	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Hiroyo.M	18:00 ~ 19:00 Pre Basic nana.f
			19:30 ~ 20:30 jump to burn nana.f	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg nana.f	19:30 ~ 20:30 Basic Erina.K				close	close	19:30 ~ 20:30 Waist nana.f
			21:00 ~ 22:00 Pre Basic nana.f	21:00 ~ 22:00 Body Balance Erina.K	21:00 ~ 22:00 Waist nana.f						21:00 ~ 22:00 Body Balance Erina.K

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31				
水	木	金	土	日	月	火				
10:30 ~ 11:30 Waist Sana.H	close	10:30 ~ 11:30 Basic Erina.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Erina.K	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Hiroyo.M	close	10:30 ~ 11:30 Waist Sana.H				
12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Hiroyo.M		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg nana.f	12:00 ~ 13:00 Basic Sana.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Erina.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Erina.K				
close		13:30 ~ 14:30 Body Balance Erina.K	13:30 ~ 14:30 Waist Sana.H	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 未確定		13:30 ~ 14:30 Basic Sana.H				
		close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 未確定	16:30 ~ 17:30 Body Balance Erina.K		close	close			
			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Erina.K	18:00 ~ 19:00 Pre Basic nana.f				18:00 ~ 19:00 Waist Sana.H	17:30 ~ 18:30 Pilates Workout Hiroyo.M	18:00 ~ 19:00 Body Balance Erina.K
			19:30 ~ 20:30 Basic Erina.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Sana.H				19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Hiroyo.M	close	19:30 ~ 20:30 jump to burn nana.f
			21:00 ~ 22:00 jump to burn nana.f	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg nana.f				21:00 ~ 22:00 Pre Basic Hiroyo.M		21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Hiroyo.M

👉 : 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。