

【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール								2026/02/01 更新
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	Pilates Cardio	Body Balance	Hip & Leg		Back & Arm	Waist	Hip & Leg	10:30 ~ 11:30
Moeka.Y		Mari.y	Mari.y		MIRAI.T	MIRAI.T	Moeka.Y	
12:30 ~ 13:30	Back & Arm	Waist	Back & Arm		Basic	Hip & Leg	jump to burn	12:30 ~ 13:30
MIRAI.T		MIRAI.T	MIRAI.T		Mari.y	Moeka.Y	Moeka.Y	
14:30 ~ 15:30	Basic	Back & Arm			13:30 ~ 14:30	Waist	Back & Arm	Waist
Moeka.Y		MIRALT			MIRALT	MIRAI.T	MIRAI.T	
16:30 ~ 17:30	Waist	close	close	close	15:00 ~ 16:00	Basic	Back & Arm	
MIRAI.T					Moeka.Y		MIRAI.T	
18:00 ~ 19:00	Stretch & Conditioning	jump to burn	Back & Arm	Hip & Leg	17:30 ~ 18:30	Waist		
Kurumi.u		Moeka.Y	MIRAI.T	syuri.i	MIRAI.T			
19:30 ~ 20:30	Hip & Leg	Waist	Pilates Cardio	Stretch & Conditioning	19:30 ~ 20:30			close
Mari.y		MIRAI.T	Moeka.Y	syuri.i				
21:00 ~ 22:00	jump to burn	Basic	Waist	Pilates Cardio	21:00 ~ 22:00			
Kurumi.u		Moeka.Y	MIRAI.T	Mari.y				

【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール								02/15	02/16
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30	Waist	Basic	10:30 ~ 11:30	Hip & Leg	Body Balance	Back & Arm			
MIRAI.T		Mari.y		Hitomi.N	Mari.y	MIRAI.T			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	Stretch & Conditioning	Waist	12:00 ~ 13:00	jump to burn	Basic	Waist	12:30 ~ 13:30	close
syuri.i		MIRALT		Yume.N	Mari.y	MIRAI.T			
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	Hip & Leg	Hip & Leg	13:30 ~ 14:30	Back & Arm	jump to burn	Pre Basic	14:30 ~ 15:30	close
syuri.i		Mari.y		Hitomi.N	Moeka.Y	Mari.y			
15:00 ~ 16:00	Back & Arm		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	Pre Basic	Pilates Cardio		16:30 ~ 17:30	close
MIRAI.T				Mari.y		Mari.y			
17:30 ~ 18:30	Pilates Cardio		Mari.y	17:30 ~ 18:30	Hip & Leg				close
				Moeka.Y					
18:00 ~ 19:00	Pre Basic		18:00 ~ 19:00	Back & Arm	Back & Arm				
Mari.y				Moeka.Y					
19:30 ~ 20:30	Back & Arm		19:30 ~ 20:30	Hip & Leg	Waist				
MIRAI.T				Yume.N	MIRAI.T				
21:00 ~ 22:00	Hip & Leg		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	Basic	Body Balance			
Mari.y				Moeka.Y		Mari.y			

⌚ : 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。

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール								2026/02/01	更新
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24		
火 10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Moeka.Y 12:00 ~ 13:00 Back & Arm MIRAI.T 13:30 ~ 14:30 Basic Moeka.Y	水 10:30 ~ 11:30 Waist Mari.y 12:30 ~ 13:30 jump to burn Moeka.Y	木 金 10:30 ~ 11:30 Basic Mari.y 12:00 ~ 13:00 Body Balance Mari.y 13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Moeka.Y close	土 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Moeka.Y 12:00 ~ 13:00 Basic Hina.E 13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Moeka.Y 15:00 ~ 16:00 Waist Moeka.Y close	日 jump to burn Kurumi.u Basic Hina.E 14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Moeka.Y 16:30 ~ 17:30 Basic Hina.E close	月 10:30 ~ 11:30 Basic Hina.E 12:00 ~ 13:00 Waist Mari.y 13:30 ~ 14:30 jump to burn Moeka.Y	火 Back & Arm Moeka.Y 12:00 ~ 13:00 Waist Mari.y 13:30 ~ 14:30 jump to burn Moeka.Y			
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning shuri.i 19:30 ~ 20:30 Hip & Leg shuri.i 21:00 ~ 22:00 Waist MIRAI.T	18:00 ~ 19:00 Waist MIRAI.T 19:30 ~ 20:30 Body Balance Mari.y 21:00 ~ 22:00 Back & Arm MIRAI.T	18:00 ~ 19:00 jump to burn Satomi.K 19:30 ~ 20:30 Waist Maki.H 21:00 ~ 22:00 Basic Satomi.K	18:00 ~ 19:00 Waist MIRAI.T 19:30 ~ 20:30 Back & Arm MIRAI.T 21:00 ~ 22:00 jump to burn Moeka.Y	18:00 ~ 19:00 Waist MIRAI.T 19:30 ~ 20:30 Basic Hina.E close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mari.y 19:30 ~ 20:30 Basic Hina.E 21:00 ~ 22:00 Basic Hina.E				

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール									
02/25	02/26	02/27	02/28						
水 10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Moeka.Y 12:30 ~ 13:30 Basic Hina.E	木 10:30 ~ 11:30 Body Balance Mari.y 12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Moeka.Y 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mari.y 15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Moeka.Y 17:30 ~ 18:30 Body Balance Mari.y	金 10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mari.y 12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Moeka.Y 13:30 ~ 14:30 Waist Mari.y 15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Moeka.Y 17:30 ~ 18:30 Basic Hina.E 未確定	土 10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mari.y 12:00 ~ 13:00 Basic Moeka.Y 13:30 ~ 14:30 Waist Moeka.Y 15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Moeka.Y 17:30 ~ 18:30 Basic Hina.E 未確定	日 Basic Hina.E 12:00 ~ 13:00 Waist Kurumi.u 13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Moeka.Y	月 Basic Hina.E 12:00 ~ 13:00 Waist Kurumi.u 13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Moeka.Y	火 Basic Hina.E 12:00 ~ 13:00 Waist Kurumi.u 13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Moeka.Y			
18:00 ~ 19:00 Basic Hina.E	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kurumi.u	18:00 ~ 19:00 Basic 未確定	18:00 ~ 19:00 Basic Moeka.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Hina.E	18:00 ~ 19:00 Basic Moeka.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Moeka.Y			
19:30 ~ 20:30 Pre Basic Mari.y 21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mari.y	19:30 ~ 20:30 Basic Moeka.Y 21:00 ~ 22:00 Waist Kurumi.u	19:30 ~ 20:30 Waist 未確定	19:30 ~ 20:30 Basic Moeka.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Moeka.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Moeka.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Moeka.Y			
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mari.y	21:00 ~ 22:00 Waist Kurumi.u	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Moeka.Y	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Moeka.Y	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Moeka.Y	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Moeka.Y	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Moeka.Y			

■ : 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。