

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 Hip & Leg Akane.K	close	10:30 ~ 11:30 Waist 未確定	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Sachi	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Akane.K	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Waist 未確定										
12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Sachi		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mio.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Sachi		12:00 ~ 13:00 Waist 未確定	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Sachi	12:30 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Kanami.O										
14:30 ~ 15:30 Basic Akane.K		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Mio.K	close		close	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Akane.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kanami.O	14:30 ~ 15:30 Waist 未確定									
16:30 ~ 17:30 Body Balance Sachi		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Sachi	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Kanami.O							
close									close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Waist 未確定	close			
													18:00 ~ 19:00 Pre Basic Sachi		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kanami.O	18:00 ~ 19:00 Basic Mio.K	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kanami.O
													19:30 ~ 20:30 Waist 未確定		19:30 ~ 20:30 jump to burn Kanami.O	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yuka.N	19:30 ~ 20:30 Waist Rio.s
													21:00 ~ 22:00 Back & Arm Sachi		21:00 ~ 22:00 Waist 未確定	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Mio.K	21:00 ~ 22:00 Body Balance Sachi

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 jump to burn Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Sachi	close	10:30 ~ 11:30 Waist Rio.s	10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Sachi	close							
	12:00 ~ 13:00 Waist Mizuho.T	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Sachi		12:00 ~ 13:00 Basic Akane.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kanami.O	12:30 ~ 13:30 Waist Shuri.M								
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kanami.O	close		close	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Akane.K	13:30 ~ 14:30 Waist Mizuho.T		14:30 ~ 15:30 Body Balance Sachi						
	close				close	close		close	close	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Kanami.O	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Sachi			
										17:30 ~ 18:30 jump to burn Kanami.O	close			
										18:00 ~ 19:00 Basic Kanami.O		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kanami.O	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Akane.K	18:00 ~ 19:00 Waist Mizuho.T
										19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kanami.O		19:30 ~ 20:30 Waist Mizuho.T	19:30 ~ 20:30 Basic Akane.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Akane.K
										21:00 ~ 22:00 Waist 未確定		21:00 ~ 22:00 jump to burn Kanami.O	21:00 ~ 22:00 Waist Mizuho.T	21:00 ~ 22:00 Basic Akane.K

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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週間前までお問い合わせしております。
 ・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 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Akane.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sachi	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Kanami.O	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Sachi				
12:00 ~ 13:00 Waist Rio.s	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Akane.K		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Akane.K	12:00 ~ 13:00 Body Balance Sachi	12:30 ~ 13:00 jump to burn Kanami.O		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Sachi				
13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Akane.K	close		13:30 ~ 14:30 Waist Shuri.M	13:30 ~ 14:30 jump to burn Kanami.O	14:30 ~ 15:30 Waist Mizuho.T		13:30 ~ 14:30 jump to burn Kanami.O				
close			15:00 ~ 16:00 Waist Mizuho.T	close	close		16:30 ~ 17:30 Basic Kanami.O	close			
			17:30 ~ 18:30 Basic Kanami.O								
			18:00 ~ 19:00 Waist Mizuho.T				18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Sachi		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Sachi	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Yuka.N	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Akane.K
			19:30 ~ 20:30 Body Balance Sachi				19:30 ~ 20:30 Waist Mizuho.T		19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Akane.K	19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning Sachi	19:30 ~ 20:30 Waist Mizuho.T
			21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Sachi				21:00 ~ 22:00 Back&Arm Sachi		21:00 ~ 22:00 Release&Strength Akane.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Sachi	21:00 ~ 22:00 Basic Akane.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 Basic Akane.K	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Basic Kanami.O	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Akane.K			
12:30 ~ 13:30 Waist Mizuho.T		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Honoka.T	12:00 ~ 13:00 Waist Mizuho.T	12:30 ~ 13:00 Release&Strength Akane.K		12:00 ~ 13:00 Waist Mizuho.T			
close		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Kanami.O	13:30 ~ 14:30 Basic Kanami.O	14:30 ~ 15:30 jump to burn Kanami.O		13:30 ~ 14:30 Basic Akane.K			
		close	close	close		15:00 ~ 16:00 Body Balance Sachi	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Akane.K		
						17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Sachi			
						18:00 ~ 19:00 Back&Arm Kanami.O	18:00 ~ 19:00 Waist Mizuho.T	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Sachi	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Kanami.O
						19:30 ~ 20:30 Pre Basic Sachi	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Akane.K	19:30 ~ 20:30 Waist Mizuho.T	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Sachi
						21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Sachi	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Akane.K	21:00 ~ 22:00 Body Balance Sachi	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Kanami.O

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みください。
 ・レッスン開始時間1時間前までキャンセルは可能ですが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。