

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30 Waist Mizuho.T	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kanami.O	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Honoka.T		
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Akane.K		12:00 ~ 13:00 Waist Mizuho.T	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Sachi	12:30 ~ 13:30 Waist Mizuho.T		12:00 ~ 13:00 Waist Akane.K	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Honoka.T		
close		13:30 ~ 14:30 Basic Kanami.O	13:30 ~ 14:30 jump to burn Kanami.O	14:30 ~ 15:30 Basic Kanami.O		13:30 ~ 14:30 Basic Akane.K	close		
		15:00 ~ 16:00 Pre Basic Sachi	15:00 ~ 16:00 close	16:30 ~ 17:30 Waist Mizuho.T		close			
		17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Sachi	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Sachi	close					
		19:30 ~ 20:30 Basic Akane.K	19:30 ~ 20:30 Waist Mizuho.T					18:00 ~ 19:00 Waist Mizuho.T	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kanami.O
21:00 ~ 22:00 Release&Strength Akane.K		21:00 ~ 22:00 Basic Kanami.O	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Akane.K	close		19:30 ~ 20:30 jump to burn Kanami.O	19:30 ~ 20:30 Waist Mizuho.T	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kanami.O	21:00 ~ 22:00 Basic Kanami.O

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Waist Mizuho.T	close	10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sachi	close		
	12:00 ~ 13:00 Basic Kanami.O	12:00 ~ 13:00 Waist Mizuho.T	12:30 ~ 13:30 Basic Akane.K		12:00 ~ 13:00 Body Balance Honoka.T	12:00 ~ 13:00 Basic Akane.K			
	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sachi	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Akane.K	14:30 ~ 15:30 Waist Mizuho.T		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Akane.K	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Sachi			
	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Akane.K	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Akane.K		close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Honoka.T		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Akane.K	
		17:30 ~ 18:30 Waist Mizuho.T	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Honoka.T			17:30 ~ 18:30 Pre Basic Sachi			
		18:00 ~ 19:00 Shape up waist Honoka.T	18:00 ~ 19:00 Waist Mizuho.T			18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Akane.K			
	19:30 ~ 20:30 Body Balance Honoka.T	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Honoka.T	close		close	close		close	19:30 ~ 20:30 Waist Mizuho.T
	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Kanami.O	21:00 ~ 22:00 Waist Mizuho.T							21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Akane.K

📌: 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週間前迄にお願ひしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切ったのキャンセルは随時外キャンセルとなります。
 ※随時外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Body Balance Honoka.T	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Honoka.T	close	10:30 ~ 11:30 Waist Mizuho.T	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Akane.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Akane.K	
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Akane.K	12:00 ~ 13:00 Waist Shuri.M	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Akane.K		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Sachi	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Kanami.O		12:00 ~ 13:00 Waist Mizuho.T	
13:30 ~ 14:30 Waist Mizuho.T	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Honoka.T	14:30 ~ 15:30 Basic Akane.K		13:30 ~ 14:30 Basic Sachi			13:30 ~ 14:30 Release&Strength Akane.K	
close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Honoka.T	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Honoka.T						
	close							
	17:30 ~ 18:30 Waist Shuri.M							
18:00 ~ 19:00 Pre Basic Sachi	close	close		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Honoka.T	18:00 ~ 19:00 Waist Mizuho.T		18:00 ~ 19:00 Waist Mizuho.T	18:00 ~ 19:00 Waist Mizuho.T
19:30 ~ 20:30 Release&Strength Akane.K				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kanami.O	19:30 ~ 20:30 Body Balance Honoka.T		19:30 ~ 20:30 Shape up waist Honoka.T	19:30 ~ 20:30 Basic Kanami.O
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Sachi				21:00 ~ 22:00 jump to burn Kanami.O	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Honoka.T		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Honoka.T	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kanami.O

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30	
土	日	月	火	水	木	
10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sachi	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Basic Mizuho.T	close	
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Akane.K	12:00 ~ 13:00 Waist Mizuho.T		12:00 ~ 13:00 Basic Mizuho.T	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Akane.K		
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kanami.O	14:30 ~ 15:30 Body Balance Sachi		13:30 ~ 14:30 Waist Mizuho.T	13:30 ~ 14:30 Basic Akane.K		
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Akane.K	16:30 ~ 17:30 Basic Mizuho.T		15:00 ~ 16:00 Waist Mizuho.T			
close	close		close	close		17:30 ~ 18:30 Release&Strength Akane.K
						18:00 ~ 19:00 Release&Strength Akane.K
17:30 ~ 18:30 Basic Akane.K	close		close	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kanami.O		19:30 ~ 20:30 Body Balance Honoka.T
close				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Akane.K		21:00 ~ 22:00 jump to burn Kanami.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。