

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 Stretch & Conditioning Chika.U	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Nazuna.A	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Chika.U	close	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Wakana.W	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Wakana.W					
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Nazuna.A		12:00 ~ 13:00 Waist Chika.U	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Nazuna.A			12:30 ~ 13:30 Pre Basic Nazuna.A	12:30 ~ 13:30 Basic Chika.U					
close		13:30 ~ 14:30 Basic Nazuna.A	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Wakana.W			close	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Wakana.W	close	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Wakana.W	close		
		close	close				15:00 ~ 16:00 Waist Chika.U		close		close	
							17:30 ~ 18:30 Back & Arm Nazuna.A					close
							close					
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Wakana.W		17:30 ~ 18:30 Waist Wakana.W										
19:00 ~ 20:00 Pre Basic Nazuna.A		19:00 ~ 20:00 Basic Nazuna.A	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Chika.U			close	19:00 ~ 20:00 Waist Nazuna.A	19:00 ~ 20:00 Basic Chika.U				
20:30 ~ 21:30 Waist Wakana.W		20:30 ~ 21:30 Back & Arm Wakana.W	20:30 ~ 21:30 Waist Wakana.W				20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Chika.U	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Nazuna.A				

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 Basic Chika.U	10:30 ~ 11:30 Waist Chika.U	close	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm megumi.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Wakana.W	close			
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Wakana.W	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nazuna.A			12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Chika.U	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Chika.U				
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Chika.U	13:30 ~ 14:30 Basic Chika.U			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Wakana.W	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Nazuna.A				
	close	close			15:00 ~ 16:00 Back & Arm Nazuna.A	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning megumi.Y		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Wakana.W		
					close	close		close	close	
										17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Chika.U
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Wakana.W	17:30 ~ 18:30 Basic Nazuna.A			close	close		close	close	17:30 ~ 18:30 Basic Chika.U
	19:00 ~ 20:00 Pre Basic Nazuna.A	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Wakana.W								19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Chika.U
	20:30 ~ 21:30 Waist Wakana.W	20:30 ~ 21:30 Pre Basic Nazuna.A								20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Wakana.W

🟢：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。

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 Back & Arm Wakana.W	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Nazuna.A	close	close	10:30 ~ 11:30 Basic Chika.U	10:30 ~ 11:30 Basic Nazuna.A	close	10:30 ~ 11:30 Basic Nazuna.A			
12:00 ~ 13:00 Pre Basic Nazuna.A	12:00 ~ 13:00 Waist Chika.U			12:00 ~ 13:00 Back & Arm Wakana.W	12:30 ~ 13:30 Waist Chika.U		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Wakana.W			
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Wakana.W	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nazuna.A			13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Chika.U	close		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Nazuna.A			
close	15:00 ~ 16:00 Basic Chika.U			close			close	close		
	close								close	close
	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Nazuna.A									
17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Chika.U	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Nazuna.A			17:30 ~ 18:30 Waist Wakana.W			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Wakana.W	17:30 ~ 18:30 Waist Minami		
19:00 ~ 20:00 Basic Nazuna.A	close			19:00 ~ 20:00 Waist Wakana.W			19:00 ~ 20:00 Back & Arm Nazuna.A	19:00 ~ 20:00 Pre Basic Nazuna.A	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Wakana.W	
20:30 ~ 21:30 Waist Chika.U				20:30 ~ 21:30 Pre Basic Nazuna.A			20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Wakana.W	20:30 ~ 21:30 Waist Wakana.W	20:30 ~ 21:30 Basic Minami	

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30		
土	日	月	火	水	木		
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Wakana.W	close	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Wakana.W	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Nazuna.A	close		
12:00 ~ 13:00 Basic Nazuna.A			12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Chika.U	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Wakana.W			
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Wakana.W			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Wakana.W	13:30 ~ 14:30 Waist Chika.U			
15:00 ~ 16:00 Pre Basic Nazuna.A			close	close		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Wakana.W	
close						close	close
17:30 ~ 18:30 Waist Wakana.W							
close			17:30 ~ 18:30 Waist Nazuna.A	close			
			19:00 ~ 20:00 Basic Chika.U			19:00 ~ 20:00 Basic Nazuna.A	
			20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Nazuna.A			20:30 ~ 21:30 Back & Arm Wakana.W	
			close			close	

👉 : 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。