

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 Basic mizuki.o	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kanna.A	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Momoka.C	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Momoka.C	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Shiori.H	10:30 ~ 11:30 Waist Momoka.C	
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Momoka.C		12:00 ~ 13:00 Back & Arm MOE.T	12:00 ~ 13:00 Basic mizuki.o	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Shiori.H		12:00 ~ 13:00 Basic mizuki.o	12:30 ~ 13:30 Body Balance Kanna.A	
close		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Kanna.A	13:30 ~ 14:30 Waist Momoka.C	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Momoka.C		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Shiori.H	close	
		close	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm MOE.T		16:30 ~ 17:30 Back & Arm Shiori.H		
				17:30 ~ 18:30 Waist mizuki.o				
17:30 ~ 18:30 Body Balance Kanna.A		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Momoka.C	17:30 ~ 18:30 Basic mizuki.o	close		close	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Momoka.C	17:30 ~ 18:30 Waist mizuki.o
19:00 ~ 20:00 Pre Basic Kanna.A		19:00 ~ 20:00 Back & Arm MOE.T	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Shiori.H				19:00 ~ 20:00 Pilates Barre Liina.s	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Shiori.H
20:30 ~ 21:30 Back & Arm Shiori.H		20:30 ~ 21:30 Release&Strength Momoka.C	20:30 ~ 21:30 Waist mizuki.o				20:30 ~ 21:30 Waist mizuki.o	20:30 ~ 21:30 Basic mizuki.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 Back & Arm Shiori.H	10:30 ~ 11:30 Waist mizuki.o	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Shiori.H	close	10:30 ~ 11:30 Basic mizuki.o	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Momoka.C	close			
	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Kanna.A	12:00 ~ 13:00 Body Balance Kanna.A	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Liina.s		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Momoka.C	12:00 ~ 13:00 Waist mizuki.o				
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Shiori.H	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Kanna.A	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Shiori.H		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Shiori.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Shiori.H				
	close	close	15:00 ~ 16:00 Basic mizuki.o		16:30 ~ 17:30 Release&Strength Liina.s	15:00 ~ 16:00 Release&Strength Momoka.C		15:00 ~ 16:00 Basic mizuki.o		
			17:30 ~ 18:30 Back & Arm Shiori.H		17:30 ~ 18:30 Basic mizuki.o	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Momoka.C				
	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Kanna.A	17:30 ~ 18:30 Waist Momoka.C	close		close	close		close	close	17:30 ~ 18:30 Basic mizuki.o
	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Momoka.C	19:00 ~ 20:00 Body Balance Kanna.A								19:00 ~ 20:00 Release&Strength Momoka.C
	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Kanna.A	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Momoka.C								20:30 ~ 21:30 Waist mizuki.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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Waist	Back & Arm	Waist		Back & Arm	Waist		Hip & Leg
mizuki.o	Shiori.H	Momoka.C		Shiori.H	Momoka.C		Momoka.C
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Body Balance	Pilates Barre	Pre Basic		Pre Basic	Stretch & Conditioning		Basic
Kanna.A	Sakura.N	Kanna.A		Kanna.A	Kanna.A		mizuki.o
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Basic	Waist	Hip & Leg		Back & Arm			Pre Basic
mizuki.o	mizuki.o	Momoka.C		Shiori.H			Kanna.A
	15:00 ~ 16:00	16:00 ~ 17:00					
close	Body Balance	Back & Arm					
	Sakura.N	Shiori.H					
	close						
	17:30 ~ 18:30						
	Basic						
	mizuki.o						
17:30 ~ 18:30	close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Hip & Leg			Basic	Back & Arm	Waist	Back & Arm	
Momoka.C			mizuki.o	Shiori.H	mizuki.o	Shiori.H	
19:00 ~ 20:00					19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Back & Arm					Body Balance	Basic	Back & Arm
Shiori.H			Kanna.A	mizuki.o	Shiori.H		
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Release & Strength			Waist	Back & Arm	Basic	Back & Arm	
Momoka.C			mizuki.o	Shiori.H	mizuki.o	Shiori.H	

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Release & Strength	Hip & Leg		Body Balance	Back & Arm	
Momoka.C	Momoka.C		Kanna.A	Shiori.H	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back & Arm	Waist		Waist	Basic	
Shiori.H	mizuki.o		Momoka.C	mizuki.o	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg	Back & Arm		Pre Basic	Body Balance	
Momoka.C	Momoka.C		Kanna.A	Kanna.A	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			15:00 ~ 16:00	
Back & Arm	Basic		Hip & Leg		
Shiori.H	mizuki.o		Momoka.C		
close			close		
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30		
Waist			Basic		
Momoka.C			mizuki.o		
close			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
			Waist	Back & Arm	
			mizuki.o	Shiori.H	
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
			Hip & Leg	Hip & Leg	
			Momoka.C	Momoka.C	
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
			Basic	Waist	
			mizuki.o	Momoka.C	

👉 : 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。