

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Waist Hibiki.A	Basic Hanaho.M	Back & Arm Rico.H	Hip & Leg Hanaho.M	jump to burn Rico.H	Basic Hibiki.A		Shape up waist Hibiki.A
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Basic Hanaho.M	Hip & Leg Hanaho.M	Basic Hanaho.M	Shape up waist Hibiki.A	Pre Basic Rico.H	Back & Arm 未定		Pre Basic Rico.H
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Stretch & Conditioning Hibiki.A	Back & Arm Rico.H	Hip & Leg Hanaho.M	Basic Hanaho.M	Waist Hibiki.A	Stretch & Conditioning Hibiki.A		Waist Hibiki.A
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
	Hip & Leg Hanaho.M	jump to burn Rico.H	Stretch & Conditioning Hibiki.A	Basic Hibiki.A	Shape up waist Hibiki.A		
	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
	Pre Basic Rico.H		Waist Hibiki.A	Release & Strength Rico.H	Back & Arm 未定		
18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg Hanaho.M						Back & Arm 未定	Basic Hibiki.A
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic Hanaho.M						jump to burn Rico.H	Release & Strength Rico.H
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Back & Arm Rico.H						Basic Rico.H	Hip & Leg Rico.H

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Stretch & Conditioning Hibiki.A	Hip & Leg Hanaho.M		Waist Hibiki.A	Release & Strength Rico.H			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Waist Hibiki.A	Stretch & Conditioning Hibiki.A		Basic Hanaho.M	Hip & Leg Hanaho.M			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30				
Hip & Leg Hanaho.M	Basic Hanaho.M		Hip & Leg Hanaho.M				
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
Shape up waist Hibiki.A	Waist Hibiki.A						
17:30 ~ 18:30							
Basic Hanaho.M							
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
			Back & Arm Rico.H	Waist Hibiki.A	Basic Hanaho.M		
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
			Basic Hibiki.A	jump to burn Rico.H	Shape up waist Hibiki.A		
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
			Waist Hibiki.A	Basic Hibiki.A			

♪ : 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。

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
日	月	火	水	木	金	土	日
		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Hibiki.A	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rico.H		10:30 ~ 11:30 Basic Hanaho.M	10:30 ~ 11:30 Body Balance Satsuki.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定
12:30 ~ 13:30 jump to burn Rico.H		12:00 ~ 13:00 Waist Hibiki.A	12:30 ~ 13:30 Basic Hibiki.A		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Rico.H	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Rico.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Hanaho.M
14:30 ~ 15:30 Back & Arm Rico.H		13:30 ~ 14:30 Basic Hanaho.M			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rico.H	13:30 ~ 14:30 jump to burn Rico.H	14:30 ~ 15:30 Basic Hanaho.M
16:30 ~ 17:30 Release&Strength Rico.H						15:00 ~ 16:00 Basic Satsuki.S	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 未定
						17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Rico.H	
		18:00 ~ 19:00 jump to burn Rico.H	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Hibiki.A	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hanaho.M	18:00 ~ 19:00 Basic Satsuki.S		
		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Hanaho.M	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Rico.H	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Hibiki.A	19:30 ~ 20:30 Body Balance Satsuki.S		
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rico.H	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Hibiki.A	21:00 ~ 22:00 Basic Hanaho.M	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Hanaho.M		

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
月	火	水	木	金	土	日
	10:30 ~ 11:30 Shape up waist ayana.h			10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rico.H	10:30 ~ 11:30 Basic Hibiki.A	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rico.H
	12:00 ~ 13:00 Basic Hanaho.M			12:00 ~ 13:00 Basic Hanaho.M	12:00 ~ 13:00 Waist 未定	12:30 ~ 13:30 Basic Hanaho.M
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Hanaho.M	14:00 ~ 15:00 Basic Hanaho.M		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Hanaho.M	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Hibiki.A	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Hanaho.M
	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre ayana.h	15:30 ~ 16:30 Release&Strength Rico.H			15:00 ~ 16:00 Waist 未定	16:30 ~ 17:30 Release&Strength Rico.H
	17:30 ~ 18:30 Body Balance ayana.h				17:30 ~ 18:30 Shape up waist Hibiki.A	
		18:00 ~ 19:00 Basic Hanaho.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	18:00 ~ 19:00 jump to burn Rico.H		
		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Hanaho.M	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Waist 未定		
		21:00 ~ 22:00 jump to burn Rico.H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Rico.H	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Rico.H		

👉 : 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に1回に制限されます。