

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 Stretch & Conditioning Machi.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Yuina.D	10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Chihiro.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Yuina.D	close	10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.K	
12:00 ~ 13:00 Basic Chihiro.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Noa.m	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Yuina.D		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yuina.D	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Noa.m		12:00 ~ 13:00 Basic Karin.N	
13:30 ~ 14:30 Body Balance Machi.S	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Yuina.D	14:30 ~ 15:30 Basic Chihiro.K		13:30 ~ 14:30 Waist Chihiro.K	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Yuina.D		13:30 ~ 14:30 Waist Karin.N	
close	15:00 ~ 16:00 jump to burn Noa.m	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Yuina.D		15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Yuina.D	15:00 ~ 16:00 Body Balance Noa.m		close	
	close	close		close	close			
	17:30 ~ 18:30 Advance Noa.m			17:30 ~ 18:30 Waist Chihiro.K	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Yuina.D			
18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Noa.m	close	close		close	close		18:00 ~ 19:00 jump to burn Shiori.H	18:00 ~ 19:00 Basic Karin.N
19:30 ~ 20:30 Basic Chihiro.K							19:30 ~ 20:30 Basic Chihiro.K	19:30 ~ 20:30 Waist Chihiro.K
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Noa.m							21:00 ~ 22:00 Back & Arm Shiori.H	21:00 ~ 22:00 Basic Chihiro.K

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 Waist Chihiro.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Noa.m	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Yuina.D	10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.K	close	close	close		
12:00 ~ 13:00 jump to burn Noa.m	12:30 ~ 13:30 Waist Chihiro.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Noa.m	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Yuina.D					
13:30 ~ 14:30 Waist Chihiro.K	14:30 ~ 15:30 Advance Noa.m		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Yuina.D	close					
15:00 ~ 16:00 Advance Noa.m	16:30 ~ 17:30 Waist Chihiro.K		close						
close	close			18:00 ~ 19:00 Back & Arm RINA.A				18:00 ~ 19:00 jump to burn Noa.m	18:00 ~ 19:00 Basic Chihiro.K
17:30 ~ 18:30 Body Balance Noa.m			19:30 ~ 20:30 Advance Noa.m	19:30 ~ 20:30 Waist Chihiro.K				19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Noa.m	
close			close	21:00 ~ 22:00 Back & Arm RINA.A				21:00 ~ 22:00 Advance Noa.m	21:00 ~ 22:00 Basic Chihiro.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。

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 Waist インストラクター未確定	close	10:30 ~ 11:30 Waist インストラクター未確定	10:30 ~ 11:30 Basic Chihiro.K	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Yuina.D	10:30 ~ 11:30 Waist インストラクター未確定	10:30 ~ 11:30 Basic Chihiro.K												
12:00 ~ 13:30 Basic Chihiro.K		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Yuina.D	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Yuina.D		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Noa.m	12:00 ~ 13:00 Advance Noa.m	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Yuina.D												
14:30 ~ 15:30 Waist インストラクター未確定		13:30 ~ 14:30 Waist インストラクター未確定	close		close	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Yuina.D	13:30 ~ 14:30 Waist インストラクター未確定	14:30 ~ 15:30 Basic Chihiro.K											
16:30 ~ 17:30 Basic Chihiro.K		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 jump to burn Noa.m	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Yuina.D									
close									close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Waist インストラクター未確定	close					
													18:00 ~ 19:00 Basic Chihiro.K		18:00 ~ 19:00 Body Balance Noa.m	18:00 ~ 19:00 Waist インストラクター未確定	18:00 ~ 19:00 Basic Chihiro.K		
													19:30 ~ 20:30 Shape up waist Yuina.D		19:30 ~ 20:30 Waist インストラクター未確定	19:30 ~ 20:30 Basic Chihiro.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Noa.m		
													21:00 ~ 22:00 Basic Chihiro.K		21:00 ~ 22:00 jump to burn Noa.m	21:00 ~ 22:00 Waist インストラクター未確定	21:00 ~ 22:00 Basic Chihiro.K		
													close		close	close	close	close	close

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 Body Balance Noa.m	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuina.D	close	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Noa.m	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Noa.m	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Yuina.D					
12:00 ~ 13:00 Basic Chihiro.K	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Noa.m			12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Yuina.D	12:00 ~ 13:00 Waist インストラクター未確定	12:30 ~ 13:30 jump to burn Noa.m					
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Noa.m	13:30 ~ 14:30 Body Balance Noa.m			14:00 ~ 15:00 Pre Basic Yuina.D	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Noa.m	13:30 ~ 14:30 Body Balance Noa.m	14:30 ~ 15:30 Waist Chihiro.K				
close	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Yuina.D			15:30 ~ 16:30 Waist インストラクター未確定	close	close	15:00 ~ 16:00 Waist インストラクター未確定	16:30 ~ 17:30 Basic Chihiro.K			
	close			close			close	close	close		
										17:30 ~ 18:30 Waist インストラクター未確定	17:30 ~ 18:30 Advance Noa.m
										close	close
18:00 ~ 19:00 Shape up waist Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Noa.m			18:00 ~ 19:00 Basic Chihiro.K	18:00 ~ 19:00 Waist Chihiro.K						
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Yuina.D	close			19:30 ~ 20:30 Advance Noa.m	19:30 ~ 20:30 Waist インストラクター未確定	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Yuina.D	close				
21:00 ~ 22:00 Waist インストラクター未確定				21:00 ~ 22:00 Waist インストラクター未確定	21:00 ~ 22:00 Basic Chihiro.K	21:00 ~ 22:00 Waist Chihiro.K					
close		close	close	close	close						
	close					close	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週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。