

| 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 Hip & Leg Noa.M | 10:30 ~ 11:30 jump to burn haruka.T | 10:30 ~ 11:30 Waist Kyoka.M | close | 10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Kyoka.M | 10:30 ~ 11:30 Basic Yuu.O | close | 10:30 ~ 11:30 Waist haruka.T | | |
| 12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kyoka.M | 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O | 12:30 ~ 13:30 Back & Arm haruka.T | | 12:00 ~ 13:00 Waist haruka.T | 12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kyoka.M | | 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O | | |
| 13:30 ~ 14:30 Body Balance Noa.M | 13:30 ~ 14:30 Back & Arm haruka.T | 14:30 ~ 15:30 Pre Basic Kyoka.M | | 13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Noa.M | 13:30 ~ 14:30 Body Balance Noa.M | | 13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning haruka.T | | |
| close | 15:00 ~ 16:00 Basic Yuu.O | 16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning haruka.T | | 15:00 ~ 16:00 Pre Basic Kyoka.M | 15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Kyoka.M | | close | close | |
| | close | close | | close | close | | | | |
| | 17:30 ~ 18:30 Release&Strength haruka.T | | | 17:30 ~ 18:30 jump to burn haruka.T | 17:30 ~ 18:30 Basic Yuu.O | | | | |
| 18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning haruka.T | close | close | | close | close | | close | 18:00 ~ 19:00 Release&Strength haruka.T | 18:00 ~ 19:00 Basic Noa.M |
| 19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.O | | | | | | | | 19:30 ~ 20:30 Back & Arm Noa.M | 19:30 ~ 20:30 jump to burn Kyoka.M |
| 21:00 ~ 22:00 Waist haruka.T | | | | | | | | 21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.O | 21:00 ~ 22:00 Body Balance Noa.M |

| 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 Basic Yuu.O | 10:30 ~ 11:30 jump to burn Kyoka.M | close | 10:30 ~ 11:30 Pre Basic Kyoka.M | 10:30 ~ 11:30 Back & Arm Noa.M | close | 10:30 ~ 11:30 Basic Yuu.O | 10:30 ~ 11:30 jump to burn Kyoka.M | | | | | |
| 12:00 ~ 13:00 jump to burn haruka.T | 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O | | 12:00 ~ 13:00 Release&Strength haruka.T | 12:30 ~ 13:30 Waist haruka.T | | 12:00 ~ 13:00 Back & Arm haruka.T | 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O | | | | | |
| 13:30 ~ 14:30 Basic Yuu.O | 14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Kyoka.M | | 13:30 ~ 14:30 Back & Arm haruka.T | close | | close | 13:30 ~ 14:30 Basic Yuu.O | 13:30 ~ 14:30 Waist haruka.T | | | | |
| 15:30 ~ 16:30 Back & Arm haruka.T | 16:30 ~ 17:30 Basic Yuu.O | | close | | | | close | close | 15:00 ~ 16:00 Basic Yuu.O | 15:00 ~ 16:00 Basic Yuu.O | | |
| close | close | | | close | | close | | | close | close | close | |
| 17:30 ~ 18:30 Basic Yuu.O | | | 17:30 ~ 18:30 Release&Strength haruka.T | | | | | | | | | |
| close | | | 18:00 ~ 19:00 Body Balance Noa.M | | | | 18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O | 18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kyoka.M | | | | 18:00 ~ 19:00 Body Balance Noa.M |
| | | | 19:30 ~ 20:30 Waist Kyoka.M | | | | 19:30 ~ 20:30 jump to burn Kyoka.M | 19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Noa.M | | | | 19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Kyoka.M |
| | 21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Noa.M | | 21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.O | 21:00 ~ 22:00 jump to burn Kyoka.M | | 21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Noa.M | | | | | | |

👉：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 Body Balance Noa.M | close | 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Noa.M | 10:30 ~ 11:30 Pre Basic Kyoka.M | close | 10:30 ~ 11:30 Waist Kyoka.M | 10:30 ~ 11:30 Basic Yuu.O | 10:30 ~ 11:30 jump to burn haruka.T | | | | | | | | | | |
| 12:30 ~ 13:30 jump to burn haruka.T | | 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O | 12:30 ~ 13:30 Body Balance Noa.M | | 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O | 12:30 ~ 13:30 Body Balance Noa.M | 12:30 ~ 13:30 Basic Yuu.O | | | | | | | | | | |
| 14:30 ~ 15:30 Basic Yuu.O | | 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Noa.M | close | | close | 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kyoka.M | 13:30 ~ 14:30 Back & Arm haruka.T | 14:30 ~ 15:30 Release&Strength haruka.T | | | | | | | | | |
| 16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning haruka.T | | close | | | | close | close | close | 15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Noa.M | 16:30 ~ 17:30 Basic Yuu.O | | | | | | | |
| close | | | | | | | | | close | close | close | close | 17:30 ~ 18:30 Basic Yuu.O | close | | | |
| | | | | | | | | | | | | | 18:00 ~ 19:00 Waist Kyoka.M | | 18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kyoka.M | 18:00 ~ 19:00 Basic Noa.M | 18:00 ~ 19:00 jump to burn haruka.T |
| | | | | | | | | | | | | | 19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.O | | 19:30 ~ 20:30 Back & Arm Noa.M | 19:30 ~ 20:30 Waist Kyoka.M | 19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Noa.M |
| | | | | | | | | | | | | | 21:00 ~ 22:00 jump to burn Kyoka.M | | 21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.O | 21:00 ~ 22:00 Body Balance Noa.M | 21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning haruka.T |

| 05/25 | 05/26 | 05/27 | 05/28 | 05/29 | 05/30 | 05/31 | | | | | | | | | | | |
|-------|--|-------|-------|--|---|--|---|-------------------------------------|-------|-------|--------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------------------------------------|--|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | | | | | | | | | | | |
| close | 10:30 ~ 11:30 Basic Yuu.O | close | close | 10:30 ~ 11:30 Back & Arm Noa.M | 10:30 ~ 11:30 jump to burn Kyoka.M | 10:30 ~ 11:30 Waist Kyoka.M | | | | | | | | | | | |
| | 12:00 ~ 13:00 Body Balance Noa.M | | | 12:00 ~ 13:00 Waist Kyoka.M | 12:30 ~ 13:30 Release&Strength haruka.T | 12:30 ~ 13:30 Back & Arm Noa.M | | | | | | | | | | | |
| | 13:30 ~ 14:30 Basic Yuu.O | | | 13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Noa.M | 13:30 ~ 14:30 Pre Basic Kyoka.M | 14:30 ~ 15:30 jump to burn Kyoka.M | | | | | | | | | | | |
| | 15:00 ~ 16:00 Back & Arm Noa.M | | | 14:00 ~ 15:00 Body Balance Noa.M | close | close | 15:00 ~ 16:00 Back & Arm haruka.T | 16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Noa.M | | | | | | | | | |
| | close | | | close | | | close | close | close | close | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | 17:30 ~ 18:30 Basic Yuu.O | close | close | close | close | | |
| | | | | | | | | | | | 18:00 ~ 19:00 Back & Arm Noa.M | | | | | 18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Noa.M | 18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O |
| | | | | | | | | | | | 19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.O | | | | | 19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.O | 19:30 ~ 20:30 jump to burn Kyoka.M |
| | | | | | | | | | | | 21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Noa.M | | | | | 21:00 ~ 22:00 Back & Arm Noa.M | 21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.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。