

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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Body Balance		Basic	Back&Arm	Waist		Hip&Leg	Waist
Yuri.T		Chihiro.S	mami.m	Chinatsu.S		Yuri.T	Chinatsu.S
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Waist		Hip&Leg	Waist	Basic		Waist	Pre Basic
Chinatsu.S		Yuri.T	Chinatsu.S	Chihiro.S		Chinatsu.S	Yuri.T
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Body Balance	Pre Basic	Back&Arm		Body Balance	
		Yuri.T	Yuri.T	mami.m		Yuri.T	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Back&Arm		Basic				
	mami.m		Chihiro.S				
	17:30 ~ 18:30						
	Hip&Leg						
	Yuri.T						
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	
Back&Arm	Waist	Waist	Hip&Leg			Basic	
mami.m	Chihiro.S	Chinatsu.S	Ayumi.S			Chihiro.S	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	
Basic	Back&Arm	Pre Basic	Waist			Back&Arm	
Chihiro.S	mami.m	Yuri.T	Chinatsu.S			mami.m	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist	Basic	Waist	Back&Arm			Stretch & Conditioning	
Chihiro.S	Chihiro.S	Chinatsu.S	Ayumi.S			Chihiro.S	

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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Back&Arm	Body Balance	Hip&Leg		Stretch & Conditioning	Pre Basic	
	mami.m	Yuri.T	Risa.I		Chihiro.S	Yuri.T	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Basic	Back&Arm	Waist		Pre Basic	Back&Arm	
	Chihiro.S	mami.m	Chinatsu.S		Yuri.T	mami.m	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Back&Arm	Hip&Leg	Stretch & Conditioning		Waist	Basic	
	mami.m	Yuri.T	Risa.I		Chinatsu.S	Chihiro.S	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	15:00 ~ 16:00	
Back&Arm		Waist	Basic	Body Balance			
mami.m		Chinatsu.S	Chihiro.S	Yuri.T			
17:30 ~ 18:30			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Pre Basic		Hip&Leg	Basic				
Yuri.T		Yuri.T	Chihiro.S				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back&Arm	Pre Basic					Waist	
mami.m	Yuri.T					Chinatsu.S	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic	Waist					Back&Arm	
Chihiro.S	Chinatsu.S					mami.m	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist	Body Balance					Basic	
Chihiro.S	Yuri.T					Chinatsu.S	

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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週間前までお問い合わせしております。
 ・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 Stretch & Conditioning Chihiro.S	10:30 ~ 11:30 Basic Chinatsu.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm mami.m	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Yuri.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm mami.m	close	10:30 ~ 11:30 Basic Chinatsu.S	
12:00 ~ 13:00 Waist Chinatsu.S	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Chihiro.S	12:30 ~ 13:30 Basic yukika.s		12:00 ~ 13:00 Waist Chihiro.S	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Yuri.T		12:00 ~ 13:00 Back & Arm mami.m	
13:30 ~ 14:30 Basic Chinatsu.S	13:30 ~ 14:30 Waist Chinatsu.S	14:30 ~ 15:30 Back & Arm mami.m		13:30 ~ 14:30 Body Balance Yuri.T			13:30 ~ 14:30 Waist Chinatsu.S	
close	15:00 ~ 16:00 Basic Chihiro.S	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg yukika.s			close			close
	close							
	17:30 ~ 18:30 Basic Chinatsu.S							
18:00 ~ 19:00 Back & Arm mami.m	close	close		18:00 ~ 19:00 Basic Nobue.S	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Chihiro.S		18:00 ~ 19:00 Body Balance Yuri.T	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Yuri.T
19:30 ~ 20:30 Basic Chihiro.S				19:30 ~ 20:30 Back & Arm mami.m	19:30 ~ 20:30 Basic Chinatsu.S		19:30 ~ 20:30 Waist Chinatsu.S	19:30 ~ 20:30 Back & Arm mami.m
21:00 ~ 22:00 Back & Arm mami.m				21:00 ~ 22:00 Basic Nobue.S	21:00 ~ 22:00 Waist Chihiro.S		21:00 ~ 22:00 Pre Basic Yuri.T	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Yuri.T

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30	
土	日	月	火	水	木	
10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.S	10:30 ~ 11:30 Body Balance Yuri.T	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa.I	10:30 ~ 11:30 Basic Chinatsu.S	close	
12:00 ~ 13:00 Basic Chinatsu.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm mami.m		12:00 ~ 13:00 Basic Chinatsu.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm mami.m		
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Chihiro.S	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Yuri.T		13:30 ~ 14:30 Waist Chinatsu.S	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Yuri.T		
15:00 ~ 16:00 Waist Chinatsu.S	16:30 ~ 17:30 Basic Chihiro.S			15:00 ~ 16:00 Waist Chinatsu.S		
close	close		close	close		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Yuri.T
17:30 ~ 18:30 Basic Chihiro.S	close		close	18:00 ~ 19:00 Back & Arm mami.m		18:00 ~ 19:00 Back & Arm mami.m
close				19:30 ~ 20:30 Basic Chihiro.S		19:30 ~ 20:30 Basic Chinatsu.S
				21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Chihiro.S		21:00 ~ 22:00 Waist Chihiro.S

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
 ・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは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。