

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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Waist	Pre Basic	Basic		Waist	Stretch & Conditioning		Pre Basic
Chihiro.S	Yuri.T	Nobue.S		Chihiro.S	Akari.S		Nagisa.T
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Basic	Hip & Leg	Body Balance		Hip & Leg	Basic		Waist
未定	moeko.t	Yuri.T		Yuri.T	Chihiro.S		moeko.t
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Stretch & Conditioning	Basic	Waist		Basic	Waist		Hip & Leg
Chihiro.S	未定	Nobue.S		Chihiro.S	Akari.S		Nagisa.T
close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close
	Body Balance	Basic		Back & Arm	Basic		
	Yuri.T	Nobue.S		Yuri.T	未定		
close	close	close		close	close		close
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
	Back & Arm	Hip & Leg		Body Balance	Waist		
moeko.t	Yuri.T	Yuri.T		Chihiro.S			
18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm						Pre Basic	Body Balance
moeko.t						moeko.t	Yuri.T
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic						Body Balance	Waist
Chihiro.S						Yuri.T	Chihiro.S
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Hip & Leg						Basic	Back & Arm
moeko.t						moeko.t	Yuri.T

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

🟢: 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。

