

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	12:30 ~ 13:30		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	14:30 ~ 15:30		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	16:30 ~ 17:30		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			
								17:30 ~ 18:30
Back & Arm	Body Balance			Waist	Body Balance			Waist
moeko.t	Yuri.T			Chihiro.S	Yuri.T			Chihiro.S
18:00 ~ 19:00	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	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 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	Waist		close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30							
Waist	Basic		Waist	Akari.S			Hip & Leg	Pre Basic							
Chihiro.S	Chihiro.S		Chihiro.S	未定			moeko.t	moeko.t							
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close			close	close	15:00 ~ 16:00						
Body Balance	Hip & Leg								Body Balance	Back & Arm					
Nagisa.T	Yuri.T								Yuri.T	Yuri.T					
close	close					close			close	close	close	close			
													17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
													Pre Basic	Pre Basic	Hip & Leg
Yuri.T	Yuri.T			Yuri.T			Yuri.T	Yuri.T	Yuri.T						
close	close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		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										
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。

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

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

👉 : 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。