

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08		
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		
Beauty Conditioning		Back&Arm	Hip&Leg	Waist		Basic	Hip&Leg		
Mao.H		mana.N	mana.N	Lica.I		MIO.M	mana.N		
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	
Basic		Basic	Waist	Back&Arm		Back&Arm	Back&Arm		
Lica.I		MIO.M	Lica.I	mana.N		Lica.I	Mao.H		
close		close	close	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	close	close	close
				Back&Arm		Hip&Leg			
				Mao.H		Mao.H			
				16:30 ~ 17:30		Basic			
	MIO.M								
17:00 ~ 18:00	Basic								
Lica.I									
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Back&Arm	Basic	Hip&Leg				Waist	Basic		
Mao.H	MIO.M	Mao.H				Lica.I	MIO.M		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close	close	close	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Basic	Back&Arm	Basic				Hip&Leg	Waist		
MIO.M	mana.N	MIO.M				Mao.H	Lica.I		

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16			
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			
	Basic	Back&Arm	Hip&Leg		Waist	Beauty Conditioning				
	MIO.M	mana.N	mana.N		Lica.I	Mao.H				
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30		
	Hip&Leg	Basic	Waist		Basic	Hip&Leg				
	Mao.H	MIO.M	Lica.I		MIO.M	mana.N				
	close	close	close		14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30		close	close	close
					Hip&Leg	Back&Arm				
					mana.N	mana.N				
					16:30 ~ 17:30	Beauty Conditioning				
Lica.I										
17:00 ~ 18:00	Basic									
MIO.M										
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Hip&Leg	Basic				Beauty Conditioning	Back&Arm	Basic			
mana.N	MIO.M				Mao.H	mana.N	MIO.M			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close	close	close	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Beauty Conditioning	Back&Arm				Back&Arm	Basic	Back&Arm			
Lica.I	Lica.I				mana.N	MIO.M	Lica.I			

・休館可能レッスン
 ・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。

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24											
金	土	日	月	火	水	木	金											
10:30 ~ 11:30 Back&Arm mana.N	10:30 ~ 11:30 Waist Lica.I	10:30 ~ 11:30 Basic MIO.M	close	10:30 ~ 11:30 Basic MIO.M	10:30 ~ 11:30 Back&Arm mana.N	close	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Mao.H											
12:30 ~ 13:30 Beauty Conditioning Mao.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg mana.N	12:30 ~ 13:30 Back&Arm mana.N		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg mana.N	12:30 ~ 13:30 Basic Lica.I		12:30 ~ 13:30 Back&Arm mana.N											
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mao.H	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Mao.H	14:30 ~ 15:30 Basic MIO.M		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Mao.H	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Mao.H		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mao.H	18:00 ~ 19:00 Back&Arm mana.N	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg mana.N									
	17:00 ~ 18:00 Basic Lica.I	close								20:30 ~ 21:30 Basic Lica.I	20:30 ~ 21:30 Back&Arm MIO.M	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Mao.H	20:30 ~ 21:30 Basic Lica.I					
	20:30 ~ 21:30 Waist Lica.I													close	20:30 ~ 21:30 Basic Lica.I	20:30 ~ 21:30 Back&Arm MIO.M	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Mao.H	20:30 ~ 21:30 Basic Lica.I

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31										
土	日	月	火	水	木	金										
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg MIO.M	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Mao.H	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm mana.N	10:30 ~ 11:30 Waist Lica.I	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mao.H										
12:30 ~ 13:30 Beauty Conditioning Lica.I	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg MIO.M		12:30 ~ 13:30 Basic MIO.M	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Mao.H		12:30 ~ 13:30 Basic MIO.M										
14:30 ~ 15:30 Basic MIO.M	14:30 ~ 15:30 Beauty Conditioning Mao.H		16:30 ~ 17:30 Waist Lica.I	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mao.H		18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Mao.H	18:00 ~ 19:00 Waist Lica.I	18:00 ~ 19:00 Back&Arm mana.N								
17:00 ~ 18:00 Back&Arm Lica.I	close								20:30 ~ 21:30 Waist 未定	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg mana.N	20:30 ~ 21:30 Back&Arm mana.N	20:30 ~ 21:30 Basic MIO.M				

・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週間前までにお申し込みをお願いします。
 ・レッスン開始時間1時間前までのご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。