

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Basic yuuka.s	10:30 ~ 11:30 Waist Chisato.H	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yukino.m	10:30 ~ 11:30 Waist Chisato.H	close	close
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm yuuka.s	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre yukino.m		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning maya.k	12:00 ~ 13:00 Basic maya.k		
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning yukino.m			13:30 ~ 14:30 Basic yukino.m	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg yuuka.s		
					15:00 ~ 16:00 Waist maya.k		
					17:30 ~ 18:30 Pilates Barre yuuka.s		
	18:00 ~ 19:00 Waist Chisato.H	18:00 ~ 19:00 Basic maya.k		18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning maya.k	18:00 ~ 19:00 Waist Chisato.H		
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm maya.k	19:30 ~ 20:30 Waist maya.k		19:30 ~ 20:30 Pilates Barre yukino.m	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg yuuka.s		
	21:00 ~ 22:00 Basic maya.k	21:00 ~ 22:00 Back & Arm yukino.m		21:00 ~ 22:00 Waist maya.k	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre yuuka.s		

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Back & Arm yuuka.s	10:30 ~ 11:30 Basic maya.k	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning yukino.m	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre yukino.m	close	close	10:30 ~ 11:30 Basic yuuka.s
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg yuuka.s	12:30 ~ 13:30 Waist Chisato.H		12:00 ~ 13:00 Basic yukino.m	12:00 ~ 13:00 Back & Arm yuuka.s			12:00 ~ 13:00 Waist Chisato.H
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre yuuka.s			13:30 ~ 14:30 Back & Arm yukino.m	13:30 ~ 14:30 Waist Chisato.H			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg yuuka.s
				15:00 ~ 16:00 Basic yuuka.s			
				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg yukino.m			
18:00 ~ 19:00 Basic yukino.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm yuuka.s		18:00 ~ 19:00 Waist Chisato.H	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg yuuka.s			18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning maya.k
19:30 ~ 20:30 Waist Chisato.H	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre yukino.m		19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning maya.k	19:30 ~ 20:30 Basic yuuka.s			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg yuuka.s
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning yukino.m	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg yukino.m		21:00 ~ 22:00 Basic maya.k	21:00 ~ 22:00 Waist Chisato.H			21:00 ~ 22:00 Basic maya.k

・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。

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30 Waist Chisato.H	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm maya.k	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning maya.k	close	close	10:30 ~ 11:30 Waist Chisato.H	10:30 ~ 11:30 Basic maya.k	
12:30 ~ 13:30 Basic maya.k		12:00 ~ 13:00 Waist Chisato.H	12:00 ~ 13:00 Basic maya.k			12:00 ~ 13:00 Back & Arm yuuka.s	12:30 ~ 13:30 Waist Chisato.H	
close		13:30 ~ 14:30 Basic yuuka.s	13:30 ~ 14:30 Back & Arm maya.k			13:30 ~ 14:30 Basic yuuka.s	13:30 ~ 14:30 Basic yuuka.s	
		close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg yukino.m			close	close	
			17:30 ~ 18:30 Pilates Barre yuuka.s					
			18:00 ~ 19:00 Pilates Barre yuuka.s					18:00 ~ 19:00 Hip & Leg yukino.m
19:30 ~ 20:30 Waist Chisato.H		19:30 ~ 20:30 Basic yuuka.s	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning maya.k			close	19:30 ~ 20:30 Basic maya.k	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg yuuka.s
21:00 ~ 22:00 Back & Arm yuuka.s		21:00 ~ 22:00 Waist Chisato.H	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre yukino.m				21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning yukino.m	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre yukino.m

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	
木	金	土	日	月	火	
close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yukino.m	10:30 ~ 11:30 Basic yuuka.s	close	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yuuka.s	
	12:00 ~ 13:00 Basic yuuka.s	12:00 ~ 13:00 Back & Arm yukino.m			12:00 ~ 13:00 Waist Chisato.H	
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning yukino.m	13:30 ~ 14:30 Waist Chisato.H			13:30 ~ 14:30 Pilates Barre yuuka.s	
	close	15:00 ~ 16:00 Basic yukino.m			close	close
		17:30 ~ 18:30 Waist Chisato.H				
		18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning maya.k				
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm yukino.m	19:30 ~ 20:30 Basic yuuka.s			close	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning maya.k
	21:00 ~ 22:00 Basic maya.k	21:00 ~ 22:00 Back & Arm yuuka.s				21:00 ~ 22:00 Back & Arm maya.k

・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週間前までにお願しております。
 ・レッスン開始時間1週間前までの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。