

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 CHIHRO.Y	10:30 ~ 11:30 Waist CHIHRO.Y	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm kana.K	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Rio.k	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Riri.O	close				
	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Rio.k	12:30 ~ 13:30 Back & Arm kana.K		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Rio.k	12:00 ~ 13:00 jump to burn Airi	12:30 ~ 13:30 Basic CHIHRO.Y					
	13:30 ~ 14:30 Waist CHIHRO.Y	close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg kana.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm kana.K	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Riri.O					
	close			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rio.k	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Rio.k	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg kana.K		18:00 ~ 19:00 Basic Riri.O	close		
				19:30 ~ 20:30 jump to burn Airi	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg kana.K	19:30 ~ 20:30 Basic CHIHRO.Y		19:30 ~ 20:30 Waist CHIHRO.Y			
				21:00 ~ 22:00 Release&Strength Rio.k	21:00 ~ 22:00 Basic Rio.k	21:00 ~ 22:00 Back & Arm kana.K		21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Riri.O			
				close	close	close		15:00 ~ 16:00 Pre Basic Airi		16:30 ~ 17:30 Waist CHIHRO.Y	
								17:30 ~ 18:30 Hip & Leg kana.K		close	
								close			close

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 Hip & Leg kana.K	10:30 ~ 11:30 Basic Riri.O	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Rio.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Riri.O	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Arice.M	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm kana.K		
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Anna.S	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Rio.k		12:00 ~ 13:00 Waist CHIHRO.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Rio.k	12:30 ~ 13:30 Back & Arm kana.K		12:00 ~ 13:00 Basic CHIHRO.Y		
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Rio.k	close		13:30 ~ 14:30 Basic Rio.k	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Riri.O	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Arice.M		13:30 ~ 14:30 Body Balance 未定		
close			18:00 ~ 19:00 Basic Riri.O	18:00 ~ 19:00 Back & Arm kana.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg kana.K		18:00 ~ 19:00 Waist Rio.k	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg kana.K	
			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg kana.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Riri.O	19:30 ~ 20:30 Back & Arm kana.K		19:30 ~ 20:30 Basic CHIHRO.Y	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg kana.K	
			21:00 ~ 22:00 Waist Riri.O	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg kana.K	21:00 ~ 22:00 Basic CHIHRO.Y		21:00 ~ 22:00 Back & Arm kana.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Rio.k	
			close	close	close		15:00 ~ 16:00 Waist Rio.k	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg kana.K	
							17:30 ~ 18:30 Basic CHIHRO.Y	close	
							close		close

🟢：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。

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 CHIHRO.Y	close	10:30 ~ 11:30 Basic CHIHRO.Y	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Riri.O	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Rio.k	close	10:30 ~ 11:30 Basic Riri.O	10:30 ~ 11:30 jump to burn Misaki.E	
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg kana.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Rio.k	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg kana.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg kana.K		12:00 ~ 13:00 Waist CHIHRO.Y	12:30 ~ 13:30 Body Balance Misaki.E	
close		13:30 ~ 14:30 Waist CHIHRO.Y	13:30 ~ 14:30 Basic CHIHRO.Y	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Rio.k		close	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Riri.O	close
		close	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Riri.O			16:30 ~ 17:30 Back & Arm kana.K	
				close			17:30 ~ 18:30 Waist CHIHRO.Y	
							close	
18:00 ~ 19:00 Waist CHIHRO.Y		18:00 ~ 19:00 Basic Rio.k	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Riri.O	close		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg kana.K	18:00 ~ 19:00 Basic Riri.O	
19:30 ~ 20:30 Back & Spine Rio.k		19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Riri.O	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Rio.k			19:30 ~ 20:30 Basic CHIHRO.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm kana.K	
21:00 ~ 22:00 Basic CHIHRO.Y		21:00 ~ 22:00 Release&Strength Rio.k	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Riri.O			21:00 ~ 22:00 Back & Arm kana.K	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Riri.O	

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 kana.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Rio.k	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Riri.O	close	10:30 ~ 11:30 Waist CHIHRO.Y
	12:00 ~ 13:00 Basic Riri.O	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Rio.k	12:30 ~ 13:30 Basic Rio.k		12:00 ~ 13:00 Back & Arm kana.K
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm kana.K	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Riri.O	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Riri.O		13:30 ~ 14:30 Basic CHIHRO.Y
	close	close	15:00 ~ 16:00 Basic CHIHRO.Y		16:30 ~ 17:30 Waist Rio.k
			close		17:30 ~ 18:30 Back & Arm Riri.O
					close
	18:00 ~ 19:00 Waist CHIHRO.Y	18:00 ~ 19:00 Basic CHIHRO.Y	close		18:00 ~ 19:00 Release&Strength Rio.k
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg kana.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Riri.O			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Riri.O
	21:00 ~ 22:00 Basic CHIHRO.Y	21:00 ~ 22:00 Waist CHIHRO.Y			21:00 ~ 22:00 Back & Spine Rio.k

👉 : 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。