

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 Hip & Leg Kiho.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm eri.N	close	10:30 ~ 11:30 Basic Akari.O	10:30 ~ 11:30 Waist eri.N	10:30 ~ 11:30 jump to burn Akari.O	close
	12:00 ~ 13:00 Basic Akari.O	12:30 ~ 13:30 Waist eri.N		12:00 ~ 13:00 Waist eri.N	12:00 ~ 13:00 Basic Akari.O	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Kiho.T	
	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Kiho.T	close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Akari.O	13:30 ~ 14:30 Back & Arm eri.N	14:30 ~ 15:30 Basic Akari.O	
	close			close	close	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Akari.O	
		17:30 ~ 18:30 Waist eri.N				close	
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm eri.N	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Miho.S		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kiho.T	17:30 ~ 18:30 Back & Arm eri.N		
	19:00 ~ 20:00 jump to burn Akari.O	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Kiho.T		19:00 ~ 20:00 Basic Kiho.T	19:00 ~ 20:00 Release&Strength Kiho.T		
	20:30 ~ 21:30 Waist eri.N	20:30 ~ 21:30 Pre Basic Miho.S		20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Akari.O	20:30 ~ 21:30 Back & Arm eri.N		

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 Body Balance Miho.S	10:30 ~ 11:30 Waist eri.N	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Miho.S	10:30 ~ 11:30 Basic Kiho.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kiho.T	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miho.S	
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Akari.O	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Miho.S		12:00 ~ 13:00 jump to burn Akari.O	12:00 ~ 13:00 Waist Akari.O	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Miho.S		12:00 ~ 13:00 Waist eri.N	
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Miho.S	close		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Miho.S	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Kiho.T	14:30 ~ 15:30 Body Balance Miho.S		13:30 ~ 14:30 Body Balance Miho.S	
close			close	close	close		15:00 ~ 16:00 Back & Arm Kiho.T	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Kiho.T
	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Akari.O						close	
17:30 ~ 18:30 Basic Akari.O	17:30 ~ 18:30 jump to burn Akari.O		17:30 ~ 18:30 Body Balance Miho.S	17:30 ~ 18:30 Basic Kiho.T	17:30 ~ 18:30 Back & Arm eri.N			
19:00 ~ 20:00 Back & Arm eri.N	19:00 ~ 20:00 Pre Basic Miho.S		19:00 ~ 20:00 Waist eri.N	19:00 ~ 20:00 Body Balance Miho.S	close			19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Akari.O
20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Akari.O	20:30 ~ 21:30 Body Balance Miho.S		20:30 ~ 21:30 Pilates Barre Miho.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Kiho.T				20:30 ~ 21:30 Basic Akari.O

🟢：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 jump to burn Akari.O	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kiho.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Akari.O	10:30 ~ 11:30 Basic Akari.O	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kiho.T	10:30 ~ 11:30 Basic Akari.O	
12:30 ~ 13:30 Basic Akari.O		12:00 ~ 13:00 Back & Arm eri.N	12:30 ~ 13:00 Basic Kiho.T	12:30 ~ 13:30 Waist eri.N		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Akari.O	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Akari.O	
close		13:30 ~ 14:30 Basic Kiho.T	13:30 ~ 14:30 jump to burn Akari.O	14:30 ~ 15:30 Back & Arm eri.N		13:30 ~ 14:30 Basic Kiho.T	close	
		close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Kiho.T	16:30 ~ 17:30 Basic Akari.O		close		
			close	17:30 ~ 18:30 Basic Kiho.T				
17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Akari.O		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kiho.T	17:30 ~ 18:30 Waist eri.N	close		close	17:30 ~ 18:30 jump to burn Akari.O	17:30 ~ 18:30 Basic Akari.O
19:00 ~ 20:00 Waist eri.N		19:00 ~ 20:00 Basic Kiho.T	19:00 ~ 20:00 Back & Arm eri.N				19:00 ~ 20:00 Basic Akari.O	19:00 ~ 20:00 Back & Arm eri.N
20:30 ~ 21:30 Back & Arm eri.N		20:30 ~ 21:30 Waist eri.N	20:30 ~ 21:30 jump to burn Akari.O				20:30 ~ 21:30 Release&Strength Kiho.T	20:30 ~ 21:30 Waist eri.N

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	
木	金	土	日	月	火	
close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 jump to burn Akari.O	10:30 ~ 11:30 Back & Arm eri.N	close	10:30 ~ 11:30 Waist eri.N	
	12:00 ~ 13:00 Basic Kiho.T	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Kiho.T		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kiho.T	13:30 ~ 14:30 Basic Akari.O	14:30 ~ 15:30 Waist eri.N		13:30 ~ 14:30 Waist eri.N	
	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 未定	16:30 ~ 17:30 Basic Kiho.T		close	close
		close	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Akari.O			
	17:30 ~ 18:30 Waist eri.N	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Kiho.T	close		close	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kiho.T
	19:00 ~ 20:00 jump to burn Akari.O	19:00 ~ 20:00 Waist eri.N				19:00 ~ 20:00 Basic Akari.O
	20:30 ~ 21:30 Back & Arm eri.N	20:30 ~ 21:30 Back & Arm eri.N				20:30 ~ 21:30 Back & Arm eri.N

👉 : 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。