

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 Release&Strength Satomi.N	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Leika.k	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Leika.k	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Satomi.N	10:30 ~ 11:30 Waist ASUKA.K	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Leika.k	
12:00 ~ 13:00 Basic ASUKA.K	12:00 ~ 13:00 Body Balance Satomi.N	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning ASUKA.K		12:00 ~ 13:00 Basic Satomi.N	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Leika.k		12:00 ~ 13:00 Body Balance Satomi.N	
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Satomi.N	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Leika.k	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Leika.k		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Leika.k	13:30 ~ 14:30 Basic Leika.k		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Leika.k	
close	15:00 ~ 16:00 Basic Satomi.N	16:30 ~ 17:30 Waist ASUKA.K		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Leika.k	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Leika.k		close	close
	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Satomi.N	close		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Satomi.N	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Leika.k			
	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Leika.k			close	close			
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning ASUKA.K	19:30 ~ 20:30 jump to burn ASUKA.K	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Satomi.N						
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Leika.k	close	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Satomi.N					21:00 ~ 22:00 Waist ASUKA.K	
close		17:30 ~ 18:30 jump to burn ASUKA.K					17:30 ~ 18:30 Basic ASUKA.K	
	close	close		18:00 ~ 19:00 Basic Satomi.N	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Leika.k		18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Chika.U	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Leika.k
19:30 ~ 20:30 Pre Basic Leika.k				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Satomi.N	19:30 ~ 20:30 Basic Satomi.N		19:30 ~ 20:30 Waist ASUKA.K	close
close	close	21:00 ~ 22:00 Body Balance Satomi.N		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Leika.k	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Chika.U		21:00 ~ 22:00 Pre Basic Leika.k	

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 Basic ASUKA.K	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Leika.k	close	10:30 ~ 11:30 Waist Akane	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Leika.k	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Satomi.N	10:30 ~ 11:30 Waist ASUKA.K				
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Satomi.N	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Satomi.N		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Akane	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Satomi.N		12:00 ~ 13:00 jump to burn ASUKA.K	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Leika.k				
13:30 ~ 14:30 Body Balance Satomi.N	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Leika.k		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Leika.k	close		close	close	13:30 ~ 14:30 Basic Satomi.N	13:30 ~ 14:30 jump to burn ASUKA.K		
15:00 ~ 16:00 Waist ASUKA.K	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Satomi.N		close					close	close	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Leika.k
close	close										close
			close	close		18:00 ~ 19:00 Basic Satomi.N	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Leika.k	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Chika.U	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Leika.k		
close	close					19:30 ~ 20:30 Pre Basic Leika.k	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Satomi.N	19:30 ~ 20:30 Basic Satomi.N	19:30 ~ 20:30 Waist ASUKA.K	close	
			close	close		21:00 ~ 22:00 Body Balance Satomi.N	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Leika.k	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Chika.U	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Leika.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 Basic ASUKA.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Leika.k	10:30 ~ 11:30 Body Balance Satomi.N	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Satomi.N	10:30 ~ 11:30 jump to burn ASUKA.K	10:30 ~ 11:30 Waist 未定																				
12:30 ~ 13:30 Body Balance Satomi.N		12:00 ~ 13:00 Waist ASUKA.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Leika.k		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Leika.k	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Satomi.N	12:30 ~ 13:30 Basic ASUKA.K																				
14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning ASUKA.K		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Leika.k	close		close	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Satomi.N	13:30 ~ 14:30 Waist 未定	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Satomi.N																			
16:30 ~ 17:30 Pre Basic Satomi.N		close				18:00 ~ 19:00 Body Balance Satomi.N	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Satomi.N	18:00 ~ 19:00 Waist 未定	18:00 ~ 19:00 Basic ASUKA.K	close																	
close						19:30 ~ 20:30 jump to burn ASUKA.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Leika.k	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Leika.k	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Leika.k		close																
						21:00 ~ 22:00 Release&Strength Satomi.N	21:00 ~ 22:00 Basic Satomi.N	21:00 ~ 22:00 Basic ASUKA.K	21:00 ~ 22:00 Waist ASUKA.K																		
						close	close	close	close			close	close														
														close	close	close	close	close									
																			close	close	close	close	close				
																								close	close	close	close
	close			close																							
close		close								close	close																

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31																										
月	火	水	木	金	土	日																										
close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Leika.K	close	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Haruka	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Leika.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Leika.K																										
	12:00 ~ 13:00 Basic ASUKA.K			12:00 ~ 13:00 Waist ASUKA.K	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning ASUKA.K	12:30 ~ 13:30 jump to burn ASUKA.K																										
	13:30 ~ 14:30 Waist ASUKA.K			14:00 ~ 15:00 Body Balance Satomi.N	13:30 ~ 14:30 jump to burn Haruka	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Leika.K	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Leika.K																									
	15:00 ~ 16:00 Body Balance Satomi.N			15:30 ~ 16:30 Basic ASUKA.K	close	close	15:00 ~ 16:00 Waist ASUKA.K	16:30 ~ 17:30 Basic ASUKA.K																								
	close			close			close	close	close	close																						
											close	close	close	close	close																	
																close	close	close	close	close												
																					close	close	close	close	close							
																										close	close	close	close	close		
																															close	close
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。