

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 Back & Arm Hanaho.M	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Hiroka.I	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Hibiki.A	10:30 ~ 11:30 Waist Hibiki.A	10:30 ~ 11:30 Basic Hanaho.M	close			
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Rico.H	12:30 ~ 13:30 jump to burn Rico.H		12:00 ~ 13:00 Basic Hanaho.M	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Hibiki.A	12:30 ~ 13:30 Waist Hiroka.I				
	13:30 ~ 14:30 Basic Hanaho.M	close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Hanaho.M	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Hibiki.A	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Hiroka.I				
	close			18:00 ~ 19:00 jump to burn Rico.H	18:00 ~ 19:00 Waist Hiroka.I	18:00 ~ 19:00 Basic Hanaho.M		18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Hibiki.A	close	
				19:30 ~ 20:30 Waist Hiroka.I	19:30 ~ 20:30 Basic Hanaho.M	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Hibiki.A		19:30 ~ 20:30 Pre Basic Hiroka.I		
				21:00 ~ 22:00 Basic Hiroka.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hanaho.M	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Hibiki.A		21:00 ~ 22:00 Waist Hiroka.I		
				close	close	close		15:00 ~ 16:00 Basic Hiroka.I		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Hanaho.M
								17:30 ~ 18:30 Waist Hiroka.I		close
								18:00 ~ 19:00 jump to burn Rico.H		
				19:30 ~ 20:30 Waist Hiroka.I	19:30 ~ 20:30 Basic Hanaho.M	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Hibiki.A		19:30 ~ 20:30 Pre Basic Hiroka.I		close
21:00 ~ 22:00 Basic Hiroka.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hanaho.M	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Hibiki.A	21:00 ~ 22:00 Waist Hiroka.I							

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 jump to burn Rico.H	10:30 ~ 11:30 Waist Hiroka.I	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kaho.Y	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Hibiki.A	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Hanaho.M	close	10:30 ~ 11:30 Basic Hanaho.M		
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Hibiki.A	12:30 ~ 13:30 Basic Hanaho.M		12:00 ~ 13:00 Waist Hiroka.I	12:00 ~ 13:00 Basic Hiroka.I	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Hanaho.M		12:00 ~ 13:00 Waist Hiroka.I		
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Rico.H	close		13:30 ~ 14:30 Basic Hiroka.I	13:30 ~ 14:30 Waist Hiroka.I	14:30 ~ 15:30 Basic Hibiki.A		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Hanaho.M		
close			18:00 ~ 19:00 Basic Hibiki.A	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Rico.H	18:00 ~ 19:00 jump to burn Rico.H		close	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Hiroka.I	
			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Hanaho.M	19:30 ~ 20:30 Release & Strength Rico.H	19:30 ~ 20:30 jump to burn Rico.H			19:30 ~ 20:30 Back & Arm Hanaho.M	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Hibiki.A
			21:00 ~ 22:00 Shape up waist Hibiki.A	21:00 ~ 22:00 Basic Hibiki.A	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rico.H			21:00 ~ 22:00 Pre Basic Rico.H	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Hibiki.A
			close	close	close			15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Hibiki.A	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Hibiki.A
								17:30 ~ 18:30 Basic Hibiki.A	close
								18:00 ~ 19:00 Basic Hibiki.A	

👉：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 Hip & Leg Rico.H	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rico.H	10:30 ~ 11:30 Basic Hiroka.I	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rico.H	close	10:30 ~ 11:30 Waist Hiroka.I	10:30 ~ 11:30 Basic Hiroka.I	
12:30 ~ 13:30 jump to burn Rico.H		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Hiroka.I	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Hanaho.M	12:30 ~ 13:30 Basic Hanaho.M		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Hiroka.I	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Hanaho.M	
close		13:30 ~ 14:30 Waist Hiroka.I	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Hiroka.I	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Rico.H		close	13:30 ~ 14:30 jump to burn Rico.H	close
		close	close	15:00 ~ 16:00 Waist Hiroka.I			16:30 ~ 17:30 Back & Arm Hanaho.M	
				17:30 ~ 18:30 Back & Arm Hanaho.M				
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Hanaho.M		18:00 ~ 19:00 Waist Hiroka.I	18:00 ~ 19:00 Basic Hanaho.M	close		close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hanaho.M	18:00 ~ 19:00 Waist Hiroka.I
19:30 ~ 20:30 Basic Hiroka.I		19:30 ~ 20:30 Release&Strength Rico.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Hanaho.M				19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rico.H	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Rico.H
21:00 ~ 22:00 Waist Hiroka.I		21:00 ~ 22:00 Basic Hiroka.I	21:00 ~ 22:00 jump to burn Rico.H				21:00 ~ 22:00 Basic Hanaho.M	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Rico.H

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	
木	金	土	日	月	火	
close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Rico.H	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Rico.H	10:30 ~ 11:30 Waist YuE.f	close	10:30 ~ 11:30 Basic Hiroka.I	
	12:00 ~ 13:00 Basic Hanaho.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Hanaho.M	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Rico.H		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Hanaho.M	
	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Rico.H	13:30 ~ 14:30 Waist YuE.f	14:30 ~ 15:30 Basic Rico.H		13:30 ~ 14:30 Waist YuE.f	
	close	close	15:00 ~ 16:00 Basic Hanaho.M		16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Rico.H	close
			close		17:30 ~ 18:30 Release&Strength Rico.H	
					18:00 ~ 19:00 Basic Hiroka.I	
	19:30 ~ 20:30 Waist YuE.f	19:30 ~ 20:30 Basic Hanaho.M	close		close	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Rico.H
	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Hiroka.I	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Hanaho.M				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hanaho.M

👉 : 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。