

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 Kiho.H	10:30 ~ 11:30 Waist rico	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rion.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kiho.H	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Airi.F	close			
	12:00 ~ 13:00 Waist Kia	12:00 ~ 13:00 Basic Kiho.H		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Airi.F	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Airi.F	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Kiho.H				
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kiho.H	close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rion.S	13:30 ~ 14:30 Basic Rion.S	14:30 ~ 15:30 Waist Kia				
	close			17:30 ~ 18:30 Back & Arm Rion.S	17:30 ~ 18:30 Basic Kiho.H	17:30 ~ 18:30 jump to burn Kia		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kiho.H	close	
				19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Kia	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Kiho.H	19:00 ~ 20:00 Basic Rion.S		19:00 ~ 20:00 Waist Airi.F		
				20:30 ~ 21:30 Basic Rion.S	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Rion.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Kiho.H		20:30 ~ 21:30 Basic Kiho.H		
				close	close	close		15:00 ~ 16:00 Waist Airi.F		16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Airi.F
								17:30 ~ 18:30 Back & Arm Kia		close
								17:30 ~ 18:30 Basic Kiho.H		
								19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Kia		
								20:30 ~ 21:30 Basic Kiho.H		
								20:30 ~ 21:30 Back & Arm Kiho.H		

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 Waist Rena.H	10:30 ~ 11:30 Basic Kiho.H	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Kia	10:30 ~ 11:30 Basic Kiho.H	10:30 ~ 11:30 Waist Rena.H	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Airi.F		
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Airi.F	12:00 ~ 13:00 jump to burn Kia		12:00 ~ 13:00 Basic Rena.H	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kiho.H	12:30 ~ 13:30 Basic Kiho.H		12:30 ~ 13:30 Basic Kiho.H		
13:30 ~ 14:30 Basic Rena.H	close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kia	13:30 ~ 14:30 jump to burn Kia	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Rena.H		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Airi.F		
close			17:30 ~ 18:30 Pre Basic Kia	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Airi.F	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Airi.F		close	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Kia	
			19:00 ~ 20:00 jump to burn Airi.F	19:00 ~ 20:00 Pre Basic Airi.F	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Kia			19:00 ~ 20:00 Waist nagi.k	
			20:30 ~ 21:30 Back & Arm Kia	20:30 ~ 21:30 Waist Rena.H	20:30 ~ 21:30 Basic Airi.F			20:30 ~ 21:30 Waist Airi.F	20:30 ~ 21:30 Pre Basic Kia
			close	close	close			15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Kia	16:30 ~ 17:30 Basic Kiho.H
								17:30 ~ 18:30 Basic Kiho.H	
								19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Kia	
								20:30 ~ 21:30 Basic Kiho.H	
								20:30 ~ 21:30 Back & Arm Kiho.H	
								20:30 ~ 21:30 Waist Airi.F	

・体験可能レッスン  
 ・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週間前までにお申し込みしております。  
 ・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 Pre Basic Airi.F	close	10:30 ~ 11:30 Waist nagi.k	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Kiho.H	10:30 ~ 11:30 Basic Kiho.H	close	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Airi.F	10:30 ~ 11:30 Basic Kia	
12:30 ~ 13:30 Waist nagi.k		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Kiho.H	12:00 ~ 13:00 Basic Rena.H	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning Airi.F		12:00 ~ 13:00 jump to burn Airi.F	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Kia	
close		13:30 ~ 14:30 Basic nagi.k	13:30 ~ 14:30 Waist nagi.k	14:30 ~ 15:30 jump to burn Airi.F		close	13:30 ~ 14:30 Basic Rena.H	close
		close	15:00 ~ 16:00 Basic Kiho.H	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Kiho.H				
			close	close				
			17:30 ~ 18:30 Basic nagi.k	close				
17:30 ~ 18:30 Stretch&Conditioning Kia		17:30 ~ 18:30 Basic Kiho.H	17:30 ~ 18:30 jump to burn Airi.F	close		close	17:30 ~ 18:30 Waist Kia	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Rena.H
19:00 ~ 20:00 Basic nagi.k		19:00 ~ 20:00 Waist Airi.F	19:00 ~ 20:00 Basic Kiho.H				19:00 ~ 20:00 Basic Rena.H	19:00 ~ 20:00 Waist Airi.F
20:30 ~ 21:30 Back&Arm Kia		20:30 ~ 21:30 Hip&Leg Kiho.H	20:30 ~ 21:30 Stretch&Conditioning Airi.F				20:30 ~ 21:30 Back&Arm Kia	20:30 ~ 21:30 Basic Airi.F

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 Kia	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kia	10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kiho.H	
	12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning Airi.F	12:00 ~ 13:00 Back&Arm 未定	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Airi.F		12:00 ~ 13:00 Back&Arm 未定	
	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Airi.F	13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Airi.F	14:30 ~ 15:30 Back&Arm 未定		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Kiho.H	
	close	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Kia	16:30 ~ 17:30 Waist Airi.F		close	close
		close	close			
		17:30 ~ 18:30 Back&Arm 未定	close			
	17:30 ~ 18:30 jump to burn Airi.F	17:30 ~ 18:30 Basic Kia	close		close	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Airi.F
	19:00 ~ 20:00 Back&Arm Kia	19:00 ~ 20:00 Waist Rena.H				19:00 ~ 20:00 Stretch&Conditioning Kia
	20:30 ~ 21:30 Waist Rena.H	20:30 ~ 21:30 Hip&Leg Rena.H				20:30 ~ 21:30 Waist Airi.F

・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週間前までにお願ひしております。  
 ・レッスンの開始時間1週間前までのごキャンセルは尚前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に1回に制限されます。