

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 Aine.O	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Asuca.f	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg aika.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Asuca.f	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Kanae.T	close	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm aika.M	12:30 ~ 13:30 Basic Aina.T		12:00 ~ 13:00 Basic Aina.T	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg aika.M	12:30 ~ 13:30 Body Balance Kanae.T		
	13:30 ~ 14:30 Waist Aine.O	close		13:30 ~ 14:30 jump to burn aika.M	13:30 ~ 14:30 Basic Aine.O	14:30 ~ 15:30 Basic Aina.T		
	close			17:00 ~ 17:30 お試し見学会 Kanae.T	15:00 ~ 16:00 Shape up waist aika.M	16:30 ~ 17:30 Release & Strength Kanae.T		
				18:00 ~ 19:00 Basic Aina.T	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kanae.T	18:00 ~ 19:00 Basic Aina.T		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kanae.T
				19:30 ~ 20:30 Shape up waist aika.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kanae.T	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Kanae.T		19:30 ~ 20:30 Waist Aine.O
				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg aika.M	21:00 ~ 22:00 Waist Aine.O	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Kanae.T		21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kanae.T
				17:30 ~ 18:30 Basic Aine.O	17:30 ~ 18:30 Basic Aine.O	17:30 ~ 18:30 Basic Aine.O		17:30 ~ 18:30 Basic Aine.O
				18:00 ~ 19:00 Release & Strength Kanae.T	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Kanae.T	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Asuca.f		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg aika.M
				19:30 ~ 20:30 Basic Aina.T	19:30 ~ 20:30 Body Balance Kanae.T	19:30 ~ 20:30 Basic Aina.T		19:30 ~ 20:30 Pre Basic Kanae.T
				21:00 ~ 22:00 Waist Aine.O	21:00 ~ 22:00 Basic Aina.T	21:00 ~ 22:00 Waist Aine.O		21:00 ~ 22:00 Shape up waist aika.M
				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg aika.M	18:00 ~ 19:00 Basic Aine.O	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kanae.T		18:00 ~ 19:00 Basic Aine.O
18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O		18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O	18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O	18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O				

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 Kanae.T	10:30 ~ 11:30 Shape up waist aika.M	close	10:30 ~ 11:30 Basic Aina.T	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Kanae.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Asuca.f	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn aika.M
12:00 ~ 13:00 Basic Aina.T	12:30 ~ 13:30 Waist Aine.O		12:00 ~ 13:00 Waist Aine.O	12:00 ~ 13:00 Basic aika.M	12:30 ~ 13:30 jump to burn aika.M		12:00 ~ 13:00 Shape up waist aika.M
13:30 ~ 14:30 Pre Basic Kanae.T	close		13:30 ~ 14:30 Basic Aine.O	13:30 ~ 14:30 Basic Aine.O	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Asuca.f		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Asuca.f
15:00 ~ 15:30 お試し見学会 Kanae.T			15:00 ~ 16:00 Pre Basic Kanae.T	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Kanae.T	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg aika.M		
close			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg aika.M	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg aika.M	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg aika.M		
			18:00 ~ 19:00 Release & Strength Kanae.T	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Kanae.T	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Asuca.f		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg aika.M
			19:30 ~ 20:30 Basic Aina.T	19:30 ~ 20:30 Body Balance Kanae.T	19:30 ~ 20:30 Basic Aina.T		19:30 ~ 20:30 Pre Basic Kanae.T
			21:00 ~ 22:00 Waist Aine.O	21:00 ~ 22:00 Basic Aina.T	21:00 ~ 22:00 Waist Aine.O		21:00 ~ 22:00 Shape up waist aika.M
			18:00 ~ 19:00 Basic Aine.O	18:00 ~ 19:00 Basic Aine.O	18:00 ~ 19:00 Basic Aine.O		18:00 ~ 19:00 Basic Aine.O
			18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O	18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O	18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O		18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O
			19:30 ~ 20:30 Basic Aina.T	19:30 ~ 20:30 Body Balance Kanae.T	19:30 ~ 20:30 Basic Aina.T		19:30 ~ 20:30 Pre Basic Kanae.T
			21:00 ~ 22:00 Waist Aine.O	21:00 ~ 22:00 Basic Aina.T	21:00 ~ 22:00 Waist Aine.O		21:00 ~ 22:00 Shape up waist aika.M
	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg aika.M	18:00 ~ 19:00 Basic Aine.O	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kanae.T	18:00 ~ 19:00 Basic Aine.O			
	18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O	18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O	18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O	18:00 ~ 19:00 Waist Aine.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 Stretch & Conditioning Kanae.T	close	10:30 ~ 11:30 Waist Aine.O	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Asuca.f	10:30 ~ 11:30 Basic Aine.O	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Asuca.f	10:30 ~ 11:30 Waist Aine.O
12:30 ~ 13:30 Body Balance Kanae.T		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Kanae.T	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Kanae.T	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Asuca.f		12:00 ~ 13:00 Waist Aine.O	12:30 ~ 13:30 Basic Aine.O
close		13:30 ~ 14:30 Waist Aine.O	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Asuca.f	14:30 ~ 15:30 Waist Aine.O		13:30 ~ 14:30 Basic Aine.O	14:00 ~ 14:30 お試し見学会 Kanae.T
		close	close	15:00 ~ 16:00 Body Balance Kanae.T		16:30 ~ 17:30 Back & Arm Asuca.f	close
				17:00 ~ 17:30 お試し見学会 Kanae.T		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Kanae.T	
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Asuca.f		18:00 ~ 19:00 Basic Aine.O	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kanae.T	close		18:00 ~ 19:00 Body Balance Kanae.T	18:00 ~ 19:00 jump to burn aika.M
19:30 ~ 20:30 Basic Aine.O		19:30 ~ 20:30 Release&Strength Kanae.T	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Asuca.f			19:30 ~ 20:30 Basic aika.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg aika.M
21:00 ~ 22:00 Waist Aine.O		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Asuca.f	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Kanae.T			21:00 ~ 22:00 Pre Basic Kanae.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Asuca.f

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	
木	金	土	日	月	火	
close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Kanae.T	10:30 ~ 11:30 Waist Aine.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg aika.M	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg aika.M	
	12:00 ~ 13:00 Body Balance Kanae.T	12:00 ~ 13:00 Basic Aine.O	12:30 ~ 13:30 Waist Aine.O		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Asuca.f	
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Asuca.f	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg aika.M	14:30 ~ 15:30 Shape up waist aika.M		13:30 ~ 14:30 Shape up waist aika.M	
	close	close	15:00 ~ 16:00 Basic Aine.O		16:30 ~ 17:30 Basic Aine.O	close
			17:30 ~ 18:30 jump to burn aika.M			
	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kanae.T	18:00 ~ 19:00 Shape up waist aika.M	close		18:00 ~ 19:00 Waist Aine.O	close
	19:30 ~ 20:30 jump to burn aika.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg aika.M			19:30 ~ 20:30 Release&Strength Kanae.T	
	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg aika.M	21:00 ~ 22:00 Basic Aine.O			21:00 ~ 22:00 Body Balance Kanae.T	

👉 : 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。