

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Beauty Conditioning		Basic	Waist	Back & Arm		Hip & Leg	Back & Arm
nana.f		Sana.H	nana.f	Airi.H		nana.f	Airi.H
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Arm		Body Balance	Back & Arm	Basic		Back & Arm	Waist
Airi.H		Sana.H	Riho.s	Sana.H		Riho.s	Sana.H
14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	jump to burn
お試し見学会		Back & Arm	Shape up waist	Back & Arm		nana.f	
nana.f		Airi.H	nana.f	Airi.H		nana.f	
close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
			Back & Arm	Body Balance			
			Riho.s	Sana.H			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
jump to burn	Back & Arm	Waist	Pre Basic		Basic	Back & Arm	
nana.f	Riho.s	nana.f	nana.f		Sana.H	Riho.s	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Hip & Leg	Back & Arm			Body Balance	Hip & Leg	
Riho.s	TOKO.J	Riho.s			Sana.H	nana.f	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Waist	Back & Arm	Pre Basic			Back & Arm	Pre Basic	
nana.f	Airi.H	nana.f			Airi.H	nana.f	

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Back & Arm	Basic	Hip & Leg		Basic	Beauty Conditioning	
	Riho.s	Sana.H	nana.f		Sana.H	nana.f	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Shape up waist	Body Balance	Back & Arm		Waist	Back & Arm	
	nana.f	Sana.H	Riho.s		Sana.H	Airi.H	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	Back & Arm	
	Pre Basic	Back & Arm	Waist		Airi.H		
	nana.f	Airi.H	nana.f				
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close	
	Waist	Back & Arm					
	nana.f	Riho.s					
17:00 ~ 17:30	close			17:00 ~ 17:30			
お試し見学会				お試し見学会			
nana.f				Sana.H			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Shape up waist	Beauty Conditioning	jump to burn		Back & Arm	Hip & Leg	Back & Arm	
nana.f	nana.f	nana.f		Riho.s	TOKO.J	Airi.H	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Hip & Leg			Hip & Leg	Back & Arm	Basic	
Riho.s	TOKO.J			TOKO.J	Riho.s	Sana.H	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
jump to burn	Back & Arm			Body Balance	Basic	Waist	
nana.f	Airi.H			Sana.H	Sana.H	Sana.H	

🟢：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。

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24		
金	土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg TOKO.J	10:30 ~ 11:30 Body Balance Sana.H	10:30 ~ 11:30 jump to burn nana.f	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Riho.s	10:30 ~ 11:30 Waist Sana.H	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Airi.H		
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Airi.H	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg TOKO.J	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Airi.H		12:00 ~ 13:00 Basic Sana.H	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Airi.H		12:00 ~ 13:00 Waist Sana.H		
13:30 ~ 14:30 jump to burn nana.f	13:30 ~ 14:30 Basic Sana.H	14:30 ~ 15:30 Pre Basic nana.f		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg TOKO.J	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg TOKO.J		13:30 ~ 14:30 Basic Sana.H		
close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Riho.s	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg TOKO.J		15:00 ~ 15:30 お試し見学会 Sana.H	close		close	close	
	close	close		close					
									close
18:00 ~ 19:00 Pre Basic nana.f	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg TOKO.J	close		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg TOKO.J	18:00 ~ 19:00 Basic Sana.H		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Airi.H	18:00 ~ 19:00 Basic Sana.H	
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Airi.H	close			close	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Riho.s		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg TOKO.J	19:30 ~ 20:30 Body Balance Sana.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg TOKO.J
					21:00 ~ 22:00 Shape up waist nana.f		21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Nana	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Riho.s	21:00 ~ 22:00 Basic Sana.H

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31				
土	日	月	火	水	木	金				
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Riho.s	10:30 ~ 11:30 Basic Sana.H	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg TOKO.J	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Riho.s	close	10:30 ~ 11:30 Waist Sana.H				
12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Nana	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Riho.s		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Airi.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg TOKO.J		12:00 ~ 13:00 Basic Sana.H				
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Airi.H	14:30 ~ 15:30 Body Balance Sana.H		13:30 ~ 14:30 Basic Sana.H	13:30 ~ 14:30 Basic Sana.H		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Airi.H				
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Nana	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Riho.s		15:00 ~ 15:30 お試し見学会 Sana.H	close		close	close	close		
close	close		close							
									close	close
17:30 ~ 18:30 Basic Sana.H	close		close	18:00 ~ 19:00 Waist Sana.H		18:00 ~ 19:00 Body Balance Sana.H	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg TOKO.J	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Airi.H		
close				close		close	19:30 ~ 20:30 Basic Sana.H	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Airi.H	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Airi.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg TOKO.J
							21:00 ~ 22:00 Back & Arm Riho.s	21:00 ~ 22:00 Basic Sana.H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg TOKO.J	21:00 ~ 22:00 Body Balance Sana.H

👉 : 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に1回に制限されます。