

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 Beauty Conditioning Monami.O	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Fuka.y	close	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Monami.O	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Nene.Y		
12:30 ~ 13:30 Basic Nene.Y		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Nene.Y	12:00 ~ 13:00 Basic Nene.Y	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Nana.F		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Nana.F	12:30 ~ 13:30 Waist Fuka.y		
close		13:30 ~ 14:30 Basic Monami.O	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Nana.F	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Nene.Y		13:30 ~ 14:30 Basic W.sayumi	close	close	close
		close	close	15:00 ~ 15:00 Waist Fuka.y		16:30 ~ 17:30 Basic Fuka.y			
				close		17:30 ~ 18:30 Pre Basic Fuka.y			
						close			
17:00 ~ 18:00 Waist Fuka.y		17:00 ~ 18:00 Basic Monami.O	17:00 ~ 18:00 Back&Arm Nana.F	close		close	17:00 ~ 18:00 Hip&Leg Nene.Y	17:00 ~ 18:00 Back&Arm Nana.F	
18:30 ~ 19:30 Back&Arm Nana.F		18:30 ~ 19:30 Waist Fuka.y	18:30 ~ 19:30 Beauty Conditioning Monami.O				18:30 ~ 19:30 Waist Fuka.y	18:30 ~ 19:30 Basic W.sayumi	
20:00 ~ 21:00 Pre Basic Fuka.y		20:00 ~ 21:00 Beauty Conditioning Monami.O	20:00 ~ 21:00 Basic Monami.O				20:00 ~ 21:00 Basic Nene.Y	20:00 ~ 21:00 Beauty Conditioning Monami.O	

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 Basic W.sayumi	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Monami.O	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Nana.F	close	10:30 ~ 11:30 Basic Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Monami.O	close			
	12:00 ~ 13:00 Waist Nene.Y	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Nana.F	12:30 ~ 13:30 Basic Monami.O		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Nene.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Nene.Y				
	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Nene.Y	13:30 ~ 14:30 Waist Fuka.y	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Nana.F		13:30 ~ 14:30 Waist Fuka.y	close		close		
	close	close	15:00 ~ 16:00 Basic W.sayumi		16:30 ~ 17:30 Beauty Conditioning Monami.O					
			close		17:30 ~ 18:30 Back&Arm Nana.F					
					close					
	17:00 ~ 18:00 Waist Fuka.y	17:00 ~ 18:00 Basic Monami.O	close		close	close		17:00 ~ 18:00 Beauty Conditioning Monami.O	17:00 ~ 18:00 Pre Basic Fuka.y	17:00 ~ 18:00 Back&Arm Nana.F
	18:30 ~ 19:30 Hip&Leg Nene.Y	18:30 ~ 19:30 Back&Arm Nana.F						18:30 ~ 19:30 Basic Nene.Y	18:30 ~ 19:30 Beauty Conditioning Monami.O	18:30 ~ 19:30 Basic Nene.Y
	20:00 ~ 21:00 Basic W.sayumi	20:00 ~ 21:00 Beauty Conditioning Monami.O						20:00 ~ 21:00 Back&Arm Monami.O	20:00 ~ 21:00 Waist Fuka.y	20:00 ~ 21:00 Hip&Leg Nene.Y

・休館可能レッスン  
 ・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週間前までお問い合わせください。  
 ・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 Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Basic Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Fuka.y	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Waist Fuka.y	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nana.F	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nana.F	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nene.Y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Nana.F		12:00 ~ 13:00 Waist Fuka.y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Nana.F		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Fuka.y	
13:30 ~ 14:30 Pre Basic Fuka.y	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nana.F	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Fuka.y		13:30 ~ 14:30 Basic Nene.Y			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nana.F	
close	15:00 ~ 16:00 Waist Fuka.y	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Nana.F						
	close							
	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Fuka.y							
17:00 ~ 18:00 Basic Nene.Y	close	close		17:00 ~ 18:00 Back & Arm Nana.F	17:00 ~ 18:00 Basic Nene.Y		17:00 ~ 18:00 Pre Basic Fuka.y	17:00 ~ 18:00 Hip & Leg Fuka.y
18:30 ~ 19:30 Hip & Leg Nene.Y				18:30 ~ 19:30 Hip & Leg Nene.Y	18:30 ~ 19:30 Back & Arm Nana.F		18:30 ~ 19:30 Hip & Leg Nene.Y	18:30 ~ 19:30 Waist Fuka.y
20:00 ~ 21:00 Back & Arm Nana.F				20:00 ~ 21:00 Back & Arm Nana.F	20:00 ~ 21:00 Hip & Leg Nene.Y		20:00 ~ 21:00 Waist Fuka.y	20:00 ~ 21:00 Basic Fuka.y

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 Hip & Leg Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chika.U	close	10:30 ~ 11:30 Basic Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Fuka.y	close	10:30 ~ 11:30 Waist Fuka.y		
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nana.F	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Nene.Y		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nene.Y	12:30 ~ 13:30 Waist Fuka.y		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nana.F		
13:30 ~ 14:30 Basic Nene.Y	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Chika.U		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Fuka.y			13:30 ~ 14:30 Pre Basic Fuka.y		
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Nene.Y	16:30 ~ 17:30 Basic Nene.Y							
close								
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Nana.F								
close	close			17:00 ~ 18:00 Basic Nene.Y		17:00 ~ 18:00 Back & Arm Nana.F	17:00 ~ 18:00 Waist Fuka.y	17:00 ~ 18:00 Back & Arm Nana.F
				18:30 ~ 19:30 Pre Basic Fuka.y		18:30 ~ 19:30 Hip & Leg Nene.Y	18:30 ~ 19:30 Pre Basic Fuka.y	18:30 ~ 19:30 Basic Nene.Y
				20:00 ~ 21:00 Waist Fuka.y		20:00 ~ 21:00 Basic Nene.Y	20:00 ~ 21:00 Back & Arm Nana.F	20:00 ~ 21:00 Hip & Leg Nene.Y

・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。  
 ・レッスン開始時間1時間前までのご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。