

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

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

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

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