

08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic			Waist	Basic		Back & Arm	Hip & Leg
mai.h			asuka	sachi.s		mai.h	mai.h
12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Waist			Basic	Hip & Leg		Basic	Basic
asuka			sachi.s	mai.h		asuka	イントラ未確定
14:30 ~ 15:30			14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30
Hip & Leg			Waist	Waist		Waist	Waist
mai.h			asuka	asuka		asuka	asuka
16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
Basic	Back & Arm	Back & Arm	Back & Arm	Back & Arm			
sachi.s	mai.h	mai.h	mai.h	mai.h			
close	close	close	close	close	close	close	close
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Back & Arm	Basic	Basic	Waist	Waist
			mai.h	sachi.s	Noa.O	asuka	asuka
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
			Basic	Waist	Hip & Leg	Basic	Basic
			イントラ未確定	asuka	mai.h	sachi.s	sachi.s

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
日	月	火	水	木	金	土	日
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
		Basic	Hip & Leg		Basic	Basic	
		mai.h	mai.h		イントラ未確定	sachi.s	
		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	
		Back & Arm	Basic		Back & Arm	Back & Arm	
		asuka	sachi.s		Rina.i	mai.h	
		14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	
		Basic	Basic		Hip & Leg	Hip & Leg	
		sachi.s	sachi.s		sachi.s	sachi.s	
		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	
Waist	Basic	Basic	Basic				
asuka	イントラ未確定	イントラ未確定	イントラ未確定				
close	close	close	close	close	close	close	close
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Waist	Hip & Leg	Hip & Leg	Hip & Leg	Hip & Leg
			asuka	sachi.s	mai.h	mai.h	mai.h
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
			Back & Arm	Basic	Basic	Basic	Basic
			mai.h	イントラ未確定	sachi.s	sachi.s	sachi.s

🟢：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。

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Waist MIRALT	10:30 ~ 11:30 Basic asuka	close	10:30 ~ 11:30 Basic minori.T	10:30 ~ 11:30 Basic イントラ未確定	close	close
	12:30 ~ 13:30 Basic mai.h	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg mai.h		12:30 ~ 13:30 Back & Arm mai.h	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg sachi.s		
	14:30 ~ 15:30 Back & Arm mai.h	16:30 ~ 17:30 Basic sachi.s					
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm kayoko.t	18:00 ~ 19:00 Basic イントラ未確定		18:00 ~ 19:00 Basic イントラ未確定	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg sachi.s		
	20:30 ~ 21:30 Basic イントラ未確定	20:30 ~ 21:30 Waist MIRALT		20:30 ~ 21:30 Back & Arm mai.h	20:30 ~ 21:30 Waist Reiko.R		

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 Basic asuka	10:30 ~ 11:30 Back & Arm asuka	close	10:30 ~ 11:30 Basic mai.h	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg sachi.s	close	close
12:30 ~ 13:30 Waist Reiko.R	12:30 ~ 13:30 Basic sachi.s		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg MIRALT	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Rina.i		
14:30 ~ 15:30 Basic mai.h	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg sachi.s					
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg sachi.s	18:00 ~ 19:00 Basic Reiko.R		18:00 ~ 19:00 Waist Kurumi.u	18:00 ~ 19:00 Basic sachi.s		
20:30 ~ 21:30 Basic Reiko.R	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg asuka		20:30 ~ 21:30 Basic イントラ未確定	20:30 ~ 21:30 Back & Arm MIRALT		

👉 : 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。