

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	
Hip & Leg 🍃			Pre Basic 🍃	Back & Arm 🍃		Basic 🍃	Waist 🍃	
Maho.F			misaki.N	Rico.H		Maho.F	Nodoka.K	
12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Basic 🍃			Back & Arm 🍃	Basic 🍃		Waist 🍃	Pre Basic 🍃	
Mihiro.m			misaki.N	Mihiro.m		Nodoka.K	Rico.H	
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Waist 🍃			Basic 🍃			Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	
Nodoka.K			Mihiro.m			Maho.F	Mihiro.m	
15:00 ~ 16:00			close			close	15:00 ~ 16:00	
Basic 🍃							Hip & Leg 🍃	
Mihiro.m				Maho.F				
close			close	close		close		
17:30 ~ 18:30			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	17:30 ~ 18:30
Hip & Leg 🍃			Basic 🍃	Waist 🍃		Hip & Leg 🍃	Pre Basic 🍃	Basic 🍃
Maho.F			Mihiro.m	Nodoka.K		Rico.H	Rico.H	Mihiro.m
close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			
	Waist 🍃	Basic 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃				
	Nodoka.K	Rico.H	Nodoka.K	Mihiro.m				
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Waist 🍃	Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	Back & Arm 🍃				
	Nodoka.K	Rico.H	Maho.F	Rico.H				
close	close	close	close					

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
		Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Pre Basic 🌱	
		Rico.H	Mihiro.m		misaki.N	misaki.N	
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
		Basic 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱	
		イラストター-未確定	Mana.M		イラストター-未確定	misaki.N	
		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
		Hip & Leg 🌱			Pre Basic 🌱	Waist 🌱	
		Maho.F			misaki.N	Nodoka.K	
		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	
		Basic 🌱				Basic 🌱	
		Mihiro.m				Mihiro.m	
		close				close	
		17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	17:30 ~ 18:30	
		Pre Basic 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	
		Rico.H	イラストター-未確定	Nodoka.K	Mihiro.m	Nodoka.K	
		close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
			Pre Basic 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱		
			misaki.N	Mihiro.m	Nodoka.K		
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
			Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		
			Nodoka.K	Maho.F	Mihiro.m		
			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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close		
	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱				
	Mihiro.m	Maho.F		Mihiro.m	misaki.N				
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
	Waist 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱				
	Nodoka.K	Mihiro.m		Maho.F	Nodoka.K				
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
	Basic 🌱			Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱				
	Nodoka.K			Mihiro.m	misaki.N				
	close			close	15:00 ~ 16:00			Back & Arm 🌱	
					インストラクター未確定				
					close			close	
	16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30	17:30 ~ 18:30
	Hip & Leg 🌱			Back & Arm 🌱	Basic 🌱			Waist 🌱	Basic 🌱
	Rico.H			misaki.N	Mana.M			Nodoka.K	Mihiro.m
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close					
Basic 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱						
Mihiro.m	Nodoka.K	インストラクター未確定	Rico.H						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱						
Rico.H	misaki.N	Rico.H	Rico.H						
close	close	close	close						

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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱	Basic 🌱		
Maho.F	Maho.F		Rico.H	Mihiro.m		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Basic 🌱	Waist 🌱		Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		
インストラクター未確定	Nodoka.K		Rico.H	Maho.F		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Back & Arm 🌱			Basic 🌱	Waist 🌱		
インストラクター未確定			Nodoka.K	Nodoka.K		
close			close	15:00 ~ 16:00		
		Rico.H				
	close					
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	17:30 ~ 18:30		
Basic 🌱	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		
インストラクター未確定	Rico.H	Maho.F	Mihiro.m	Mihiro.m		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱			
インストラクター未確定	Mihiro.m	Nodoka.K	Maho.F			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱			
インストラクター未確定	Rico.H	misaki.N	Mihiro.m			
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。