

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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱					
mana.N	MI.O.M		MI.O.M	Lica.I		MI.O.M	mana.N					
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱					
Mao.H	Lica.I		Mao.H	Mao.H		mana.N	MI.O.M					
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱			Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱					
MI.O.M	mana.N		MI.O.M			MI.O.M	mana.N					
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00				
Waist 🌱	Beauty Conditioning 🌱							Basic 🌱				
Lica.I	Mao.H							MI.O.M				
17:30 ~ 18:30	close							close	close	close	17:30 ~ 18:30	
											Back & Arm 🌱	
											mana.N	
close	close							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
								Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	
								mana.N	MI.O.M	Mao.H	Mao.H	
		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30				
		Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱							
		MI.O.M	mana.N	Lica.I	Mao.H							
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
		Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱							
		mana.N	MI.O.M	Mao.H	Lica.I							

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Back & Arm 🏋️		Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️		Waist 🏋️	Basic 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️		
Lica.I		Lica.I	mana.N		Lica.I	MIO.M	Mao.H		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Beauty Conditioning 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️		Beauty Conditioning 🏋️	Back & Arm 🏋️	Hip & Leg 🏋️		
mana.N		mana.N	MIO.M		mana.N	mana.N	mana.N		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Basic 🏋️		Waist 🏋️			Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Back & Arm 🏋️		
MIO.M		Lica.I			Lica.I	MIO.M	Mao.H		
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
Hip & Leg 🏋️		Back & Arm 🏋️				Waist 🏋️	Basic 🏋️		
mana.N		Mao.H				Lica.I	MIO.M		
close		close				close	close	close	close
close	close	close	close	close	close				
close	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。

スケジュール

更新

close

スケジュール

close

※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。