

09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08			
火	水	木	金	土	日	月	火			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30			
Basic	Waist		Hip & Leg	Waist			Basic			
Airi.T	Airi.T		Ayu.N	Airi.T			Airi.T			
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30			
Beauty Conditioning	Basic		Back & Arm	Basic			Waist			
Sumire.T	SHIHO.Y		SHIHO.Y	SHIHO.Y			Sumire.T			
close	close		close	14:30 ~ 15:30			close			
				Hip & Leg						
				Airi.T						
				16:30 ~ 17:30						
				Back & Arm						
				SHIHO.Y						
				close						
				close						
				close						
				close						
				close						
16:00 ~ 17:00	16:00 ~ 17:00	16:00 ~ 17:00	16:00 ~ 17:00	16:00 ~ 17:00						
Back & Arm	Hip & Leg	Basic	Waist	Hip & Leg						
Airi.T	Airi.T	Sumire.T	Airi.T	Airi.T						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30						
Basic	Back & Arm	Hip & Leg	Basic	Back & Arm						
SHIHO.Y	Ayu.N	Airi.T	Sumire.T	Ayu.N						
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						
Hip & Leg	Basic	Waist	Beauty Conditioning	Beauty Conditioning						
Ayu.N	SHIHO.Y	Sumire.T	Sumire.T	Sumire.T						

09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🏋️🧘		Waist 🧘	Basic 🏋️			Back & Arm 🏋️🧘	Waist 🧘
Ayu.N		Airi.T	SHIHO.Y			SHIHO.Y	Sumire.T
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Beauty Conditioning 🏋️🧘		Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️🧘			Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️🧘
Sumire.T		SHIHO.Y	Airi.T			Sumire.T	Ayu.N
close		close	14:30 ~ 15:30			close	close
			Basic 🏋️				
			SHIHO.Y				
			16:30 ~ 17:30				
	Waist 🧘						
Airi.T	close	close					
16:00 ~ 17:00			16:00 ~ 17:00	16:00 ~ 17:00	16:00 ~ 17:00		
Waist 🧘			Back & Arm 🏋️🧘	Basic 🏋️	Basic 🏋️		
Airi.T			SHIHO.Y	SHIHO.Y	SHIHO.Y		
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Basic 🏋️	Waist 🏋️🧘	Hip & Leg 🏋️🧘	Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️🧘			
SHIHO.Y	Sumire.T	Sumire.T	SHIHO.Y	Airi.T			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	close	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
Hip & Leg 🏋️🧘	Basic 🏋️🧘	Back & Arm 🏋️🧘			Hip & Leg 🏋️🧘	Basic 🏋️	
Airi.T	SHIHO.Y	Airi.T			Ayu.N	Airi.T	

🟢：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

※**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時間前を切つての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、翌月の予約可能回数に1回に制限されます。