

スケジュール

2026/09/12

更新

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08			
木	金	土	日	月	火	水	木			
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	close	close			
	Back & Arm 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵			Beauty Conditioning 🇯🇵					
	Miyu.M	Yui.K			Haruna.H					
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			1200 ~ 13:00					
	Pre Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵			Basic 🇯🇵					
	Yui.K	Haruna.H			Anna.K	13:30 ~ 14:30		14:00 ~ 15:00		
	close	close			close	close		close	Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵
									Haruna.H	Anna.K
									15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30
									Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵
									Anna.K	Yui.K
									close	
17:30 ~ 18:30			close							
Back & Arm 🇯🇵										
Haruna.H			close	close						
close							close		close	
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00					
	Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵			Back & Arm 🇯🇵					
	Anna.K	Haruna.H			Haruna.H					
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵								
Miyu.M	Anna.K	Haruna.H								
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Basic 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵								
Anna.K	Haruna.H	Anna.K								

スケジュール

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Hip & Leg 🍌	Basic 🍌		Waist 🍌	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌		Waist 🍌	
Haruna.H	Anna.K		Miyu.M	Anna.K	Yui.K		未確定	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	
Basic 🍌	Back & Arm 🍌		Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌		Hip & Leg 🍌	
Anna.K	Miyu.M		Anna.K	Miyu.M	Anna.K		Haruna.H	
close	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	close	close		close	close
	Basic 🍌		Back & Arm 🍌					
	Anna.K		Miyu.M					
	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30					
	Waist 🍌	Basic 🍌						
	Miyu.M	Anna.K						
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Back & Arm 🍌			Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌	Beauty Conditioning 🍌		
Miyu.M			Anna.K	Yui.K	Haruna.H	Haruna.H		
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Basic 🍌			Waist 🍌	Hip & Leg 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌		
Anna.K			Miyu.M	Haruna.H	Miyu.M	Anna.K		
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Waist 🍌			Back & Arm 🍌	Waist 🍌	Pre Basic 🍌	Back & Arm 🍌		
Miyu.M			Miyu.M	Miyu.M	Haruna.H	Haruna.H		

：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回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

2026/09/12 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	2026/09/24 更新					
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 🍌			Waist 🍌	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Beauty Conditioning 🍌					
Haruna.H			Miyu.M	Anna.K		Miyu.M	Haruna.H					
12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30					
Waist 🍌			Basic 🍌	Back & Arm 🍌		Waist 🍌	Pre Basic 🍌					
未確定			Anna.K	Miyu.M		Miyu.M	Yui.K					
14:30 ~ 15:30			close	close		close	close	14:30 ~ 15:30				
Beauty Conditioning 🍌								Back & Arm 🍌				
Haruna.H								Haruna.H				
16:30 ~ 17:30								16:30 ~ 17:30				
Basic 🍌	close	close	close	close	Waist 🍌							
Anna.K					Miyu.M							
close					close	close	close	close				
									18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
									Back & Arm 🍌	Beauty Conditioning 🍌	Back & Arm 🍌	Pre Basic 🍌
									Miyu.M	Haruna.H	Miyu.M	Yui.K
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30								
Hip & Leg 🍌	Waist 🍌	Basic 🍌	Beauty Conditioning 🍌									
Haruna.H	未確定	Haruna.H	Haruna.H	close								
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00									
Waist 🍌	Hip & Leg 🍌	Waist 🍌	Waist 🍌									
Miyu.M	Haruna.H	Miyu.M	Yui.K									

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31				
日	月	火	水	木	金	土				
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
		Back & Arm 🏆	Waist 🏆		Basic 🏆	Back & Arm 🏆				
		Miyu.M	Miyu.M		Anna.K	Haruna.H				
		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
		Waist 🏆	Beauty Conditioning 🏆		Back & Arm 🏆	Basic 🏆				
		Miyu.M	Haruna.H		Haruna.H	Anna.K				
		close	close		close	close	14:30 ~ 15:30	close		
							Waist 🏆			
							Miyu.M			
							16:30 ~ 17:30			
							Basic 🏆			
		close	close		close	close	Anna.K			
							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
							Waist 🏆	Basic 🏆	Waist 🏆	Hip & Leg 🏆
							未確定	Anna.K	未確定	Haruna.H
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			
Beauty Conditioning 🏆	Back & Arm 🏆	Hip & Leg 🏆	Waist 🏆							
Haruna.H	Miyu.M	Haruna.H	Miyu.M							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Basic 🏆	Waist 🏆	Basic 🏆	Back & Arm 🏆							
Anna.K	未確定	Anna.K	Miyu.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時間前切り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回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。