

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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	close	close
	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Hip & Leg 🌱		
	yuuka.s	maya.k	Chisato.H		yuuka.s		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
	Waist 🌱	Pre Basic 🌱	jump to burn		Basic 🌱		
	Chisato.H	yuuka.s	yukino.m		maya.k		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	
	Pilates Barre	Body Balance	Basic 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱	
	yuuka.s	maya.k	Chisato.H		yuuka.s	Chisato.H	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	
		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Waist 🌱	
		yuuka.s	yukino.m		Chisato.H	yuuka.s	
		close	17:30 ~ 18:30		close	close	
			Back & Arm 🌱				
	maya.k						
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			18:00 ~ 19:00	
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Pre Basic 🌱			
yuuka.s	maya.k	maya.k		yukino.m			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
jump to burn	Back & Arm 🌱	jump to burn		Waist 🌱			
yukino.m	Chisato.H	yukino.m		Chisato.H			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱			
yuuka.s	maya.k		maya.k	yukino.m			

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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Body Balance		Pre Basic 🌱	Waist 🌱		Back & Arm 🌱
maya.k	Chisato.H	maya.k		yuuka.s	maya.k		maya.k
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back & Arm 🌱	Pilates Barre	Waist 🌱		jump to burn	Back & Arm 🌱		Basic 🌱
yuuka.s	yuuka.s	Miyuu.T		yukino.m	yuuka.s		yuuka.s
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
jump to burn	Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Hip & Leg 🌱		Body Balance	
maya.k	Chisato.H	maya.k		yuuka.s		maya.k	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close	
	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱					
	yuuka.s	Miyuu.T					
	17:30 ~ 18:30						
	Waist 🌱						
Chisato.H							
18:00 ~ 19:00	close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Waist 🌱				Waist 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱
Satsuki.I				Chisato.H	yukino.m	Miyuu.T	Kotone.O
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pilates Barre				Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱
yuuka.s				yukino.m	maya.k	Miyuu.T	yuuka.s
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Body Balance			Back & Arm 🌱	jump to burn	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	
Satsuki.I			Chisato.H	yukino.m	yuuka.s	Kotone.O	

🌱：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

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	
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	
jump to burn	Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Body Balance	Back & Arm 🇯🇵	
yukino.m	Chisato.H		Chisato.H	maya.k		maya.k	Chisato.H	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Waist 🇯🇵	Pilates Barre		Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵	
Chisato.H	yukino.m		Chisato.H	Chisato.H		Chisato.H	yuuka.s	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pre Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵		Beauty Conditioning 🇯🇵			jump to burn	Waist 🇯🇵	
yukino.m	yukino.m		yukino.m			maya.k	Chisato.H	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵							Hip & Leg 🇯🇵
Chisato.H	Chisato.H			yuuka.s				
	close							17:30 ~ 18:30
17:30 ~ 18:30				Basic 🇯🇵				
Hip & Leg 🇯🇵			Chisato.H					
yukino.m		close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
close			Back & Arm 🇯🇵	jump to burn	Waist 🇯🇵	Pilates Barre		
	yuuka.s		maya.k	Chisato.H	yuuka.s			
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Body Balance		Pilates Barre	Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵			
	maya.k	yuuka.s	naomi	Chisato.H				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Pre Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵					
yuuka.s	naomi	Chisato.H	yuuka.s					

スケジュール

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31			
日	月	火	水	木	金	土			
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Basic👉		Waist👉	Beauty Conditioning👉		Basic👉	Hip & Leg👉			
yuuka.s		Chisato.H	yukino.m		Chisato.H	yuuka.s			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Back & Arm👉		Basic👉	Hip & Leg👉		Back & Arm👉	jump to burn			
naomi		Chisato.H	yukino.m		naomi	maya.k			
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Pilates Barre		Back & Arm👉			Waist👉	Back & Arm👉			
yuuka.s		naomi			Chisato.H	naomi			
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00		
Back & Arm👉							Pre Basic👉		
naomi			yuuka.s						
close			close				close	close	17:30 ~ 18:30
									Body Balance
		maya.k							
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
	Pre Basic👉	Body Balance		Back & Arm👉	Hip & Leg👉				
yuuka.s	Satsuki.I	naomi	yuuka.s	close					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Hip & Leg👉	Waist👉	Basic👉	Back & Arm👉						
yuuka.s	yuuka.s	Chisato.H	naomi						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Basic👉	jump to burn	Waist👉	Pilates Barre						
Chisato.H	Satsuki.I	Chisato.H	yuuka.s						

・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。

・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。詳細は各教室のホームページをご覧ください。

・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回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます

※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。