

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	10:30 ~ 11:30	close	
	Body Balance	Basic 🌈			Hip & Leg 🌈	Pre Basic 🌈		
	Kurumi.U	Karen.T			Kayoko.T	Kurumi.U		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Pre Basic 🌈	Waist 🌈			Basic 🌈	Waist 🌈		
	Kurumi.U	Kurumi.U			Kayoko.T	Kayoko.T		
	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	close		
	Hip & Leg 🌈	Beauty Conditioning 🌈			Pre Basic 🌈			
	Kayoko.T	Kurumi.U			Kurumi.U			
	close	16:30 ~ 17:30			close			
close	Basic 🌈	close						
	Karen.T							
	close							
	close							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Body Balance	Basic 🌈			Basic 🌈	Waist 🌈	Hip & Leg 🌈		
Kayoko.T	Nanae.Y			Kayoko.T	MOMOKA.A	izumi.y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back & Arm 🌈	Waist 🌈			Waist 🌈	Body Balance	Waist 🌈		
Kayoko.T	Kayoko.T			Reiko.R	Kurumi.U	Kurumi.U		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🌈	Back & Arm 🌈			Back & Arm 🌈	Basic 🌈	Beauty Conditioning 🌈		
未確定	Nanae.Y			close	close	Kurumi.U	MOMOKA.A	izumi.y
close	close					close	close	

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
Basic 🏊	Back & Arm 🏊		Basic 🏊	Waist 🏊	Hip & Leg 🏊		Back & Arm 🏊
Kayoko.T	Kurumi.U		Kurumi.U	未確定	MIO.M		Kurumi.U
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Hip & Leg 🏊	Basic 🏊		Body Balance	Beauty Conditioning 🏊	Basic 🏊		Basic 🏊
Kayoko.T	sachi.s		mai.h	Kurumi.U	Kayoko.T		未確定
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Pre Basic 🏊	Waist 🏊		Back & Arm 🏊	Basic 🏊			Waist 🏊
Kurumi.U	Kurumi.U		Kurumi.U	未確定			Kurumi.U
close	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	close			close
	Hip & Leg 🏊	Pre Basic 🏊					
	sachi.s	mai.h					
	close						
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic 🏊			Hip & Leg 🏊	Pre Basic 🏊		Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊
sachi.s			Kayoko.T	Kurumi.U		izumi.y	Kayoko.T
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm 🏊			Pre Basic 🏊	Waist 🏊	Body Balance	Basic 🏊	
Kurumi.U			Kurumi.U	Kayoko.T	Kayoko.T	未確定	
21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Hip & Leg 🏊			Body Balance	Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊	Body Balance	
sachi.s			Kayoko.T	Kurumi.U	izumi.y	Kayoko.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。

2026/10/13 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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Basic 🍌			Basic 🍌	Back & Arm 🍌		Waist 🍌	Basic 🍌			
izumi.y			Kurumi.U	Noa.O		Kayoko.T	Kayoko.T			
12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Hip & Leg 🍌			Beauty Conditioning 🍌	Body Balance		Beauty Conditioning 🍌	Body Balance			
Kayoko.T			Kurumi.U	Kayoko.T		Kurumi.U	Kurumi.U			
14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
Basic 🍌			Waist 🍌			Basic 🍌	Waist 🍌			
izumi.y			Noa.O			Kayoko.T	Kayoko.T			
16:30 ~ 17:30			close			close	close	16:30 ~ 17:30		
Back & Arm 🍌								Basic 🍌		
Kayoko.T				Kurumi.U						
close				close				close	close	
										18:00 ~ 19:00
			Basic 🍌			Hip & Leg 🍌	Waist 🍌			Basic 🍌
	Kayoko.T	Kayoko.T	Noa.O		Noa.O					
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Body Balance							
Noa.O	Kurumi.U	Kayoko.T	Kurumi.U							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Pre Basic 🍌	Waist 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌							
Kayoko.T	Kurumi.U	Noa.O	Noa.O							

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	
		Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿	Pre Basic 🌿	
		Noa.O	Kurumi.U		izumi.y	Kurumi.U	
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
		Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Waist 🌿	Back & Arm 🌿	
		Kurumi.U	Kayoko.T		Kayoko.T	izumi.y	
		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
		Back & Arm 🌿			Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	
		Kurumi.U			izumi.y	Kayoko.T	
		close			close	16:30 ~ 17:30	
			Beauty Conditioning 🌿				
			izumi.y				
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
		Body Balance	Waist 🌿		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	
Kayoko.T	Noa.O	Noa.O	Noa.O				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Basic 🌿	Pre Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿				
Noa.O	Kayoko.T	Kurumi.U	Noa.O				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿				
Kayoko.T	Noa.O	Noa.O	Kayoko.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週間前迄にお願しております。
- ・レッスン開始時刻1時間前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。