

09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30 ~ 11:15 Basic (体験OK) Haruna	10:30 ~ 11:15 Balance Madoka		10:30 ~ 11:15 CircuitShapeStep Natsuki	10:30 ~ 11:15 Legs Madoka	10:30 ~ 11:15 StepstoBurn Mizuki	定休日
	12:00 ~ 12:45 Back&Arm Madoka	12:00 ~ 12:45 Waist (体験OK) Haruna		12:00 ~ 12:45 HipPump Mizuki	12:00 ~ 12:45 Abs Haruna	12:00 ~ 12:45 Beauty Body (体験OK) Madoka	
	13:30 ~ 14:15 Legs Madoka	13:30 ~ 14:00 お試し体験会 手ぶらOK Comingsoon		13:30 ~ 14:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki	13:30 ~ 14:30 Advance Madoka	13:30 ~ 14:15 GlamorousHip Mizuki	
					15:15 ~ 16:00 Waist (体験OK) Haruna	15:00 ~ 15:45 Back&Arm Madoka	
					16:45 ~ 17:30 Balance Madoka	16:30 ~ 17:15 Pre Basic (体験OK) Mizuki	
			17:00 ~ 17:45 Basic (体験OK) Haruna				
	18:00 ~ 18:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki	18:00 ~ 18:45 Back&Chest Mizuki	18:15 ~ 19:00 BalanceAdvance Natsuki	18:00 ~ 18:45 Basic (体験OK) Haruna			
	19:30 ~ 20:15 HotWorkout Natsuki	19:30 ~ 20:15 GlamorousHip Mizuki	19:30 ~ 20:15 Abs Haruna	19:30 ~ 20:15 Waist&Hip Mizuki			
	21:00 ~ 21:45 Waist&Hip Natsuki	21:00 ~ 21:45 PowerBeatCamp Natsuki	20:45 ~ 21:30 StepstoBurn Natsuki	21:00 ~ 21:45 Pilates×Yoga Mizuki			

09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:15 BalanceAdvance Mizuki	10:30 ~ 11:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki		10:30 ~ 11:15 Back&Chest Mizuki	10:30 ~ 11:15 Basic (体験OK) Haruna	10:30 ~ 11:15 Back&Arm Madoka	定休日	10:30 ~ 11:15 Waist (体験OK) Haruna
12:00 ~ 12:45 StepstoBurn Natsuki	12:00 ~ 13:00 Advance Madoka		12:00 ~ 12:45 Beauty Body (体験OK) Madoka	12:00 ~ 12:45 GlamorousHip Natsuki	12:00 ~ 12:45 Waist (体験OK) Haruna		12:00 ~ 12:45 Back&Chest Comingsoon
13:30 ~ 14:15 PowerBeatCamp Mizuki			13:30 ~ 14:15 HotWorkout Mizuki	13:30 ~ 14:15 Abs Haruna	13:30 ~ 14:15 Beauty Body (体験OK) Madoka		13:30 ~ 14:15 Basic (体験OK) Haruna
				15:00 ~ 15:45 Pilates×Yoga Natsuki	15:00 ~ 15:45 Legs Madoka		
				16:30 ~ 17:15 HotWorkout Natsuki	16:30 ~ 17:15 Basic (体験OK) Haruna		
		17:00 ~ 17:45 Balance Madoka					
18:00 ~ 18:45 HipPump Natsuki	18:00 ~ 18:45 GlamorousHip Natsuki	18:15 ~ 19:00 Basic (体験OK) Haruna	18:00 ~ 19:00 Advance Madoka				18:00 ~ 18:45 Pre Basic (体験OK) Natsuki
19:30 ~ 20:15 Beauty Body (体験OK) Madoka	19:30 ~ 20:15 StepstoBurn Mizuki	19:30 ~ 20:15 Back&Chest Comingsoon	19:45 ~ 20:30 Abs Natsuki				19:30 ~ 20:30 Advance Chihiro
21:00 ~ 21:45 Back&Arm Madoka	21:00 ~ 21:45 Waist&Hip Mizuki	20:45 ~ 21:30 Waist (体験OK) Haruna	21:15 ~ 22:00 Balance Natsuki				21:15 ~ 22:00 HipPump Natsuki

- ・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。

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	定休日	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15
Balance		HipPump	HipPump	GlamorousHip		CircuitShapeStep	Abs
Madoka		Natsuki	Natsuki	Natsuki		Mizuki	Haruna
12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45
Waist (体験OK)		CircuitShapeStep	Pre Basic (体験OK)	PowerBeatCamp		Beauty Body (体験OK)	PowerBeatCamp
Haruna		Mizuki	Mizuki	Mizuki		Madoka	Natsuki
		13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15		13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:00
		Waist&Hip	Back&Arm	CircuitShapeStep		Waist&Hip	お試し体験会 手ふらOK
		Natsuki	Hana	Hana		Mizuki	Comingsoon
			15:00 ~ 15:45	15:00 ~ 15:45		15:00 ~ 15:45	
			Waist&Hip	Balance		Basic (体験OK)	
			Hana	Hana		Haruna	
			16:30 ~ 17:15	16:30 ~ 17:15		16:30 ~ 17:15	
			Back&Chest	BalanceAdvance		Legs	
			Comingsoon	Natsuki	Madoka		
	17:00 ~ 17:45						
	Legs						
	Madoka						
18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45					18:00 ~ 18:45
HotWorkout	Waist (体験OK)	PowerBeatCamp					HipPump
Mizuki	Haruna	Mizuki					Mizuki
19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15					19:30 ~ 20:15
Pilates×Yoga	Back&Arm	Basic (体験OK)					Back&Chest
Mizuki	Madoka	Haruna					Comingsoon
21:00 ~ 21:45	20:45 ~ 21:30	21:00 ~ 21:45					21:00 ~ 21:45
GlamorousHip	Abs	Beauty Body (体験OK)					Pre Basic (体験OK)
Mizuki	Haruna	Mizuki					Mizuki

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
木	金	土	日	月	火
	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	定休日	10:30 ~ 11:15
	Back&Arm	Pre Basic (体験OK)	Abs		Waist (体験OK)
	Madoka	Mizuki	Haruna		Haruna
	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45
	Waist&Hip	Advance	GlamorousHip		Balance
	Mizuki	Mizuki	Mizuki		Madoka
	13:30 ~ 14:15	13:45 ~ 14:30	13:30 ~ 14:15		13:30 ~ 14:15
	Beauty Body (体験OK)	HipPump	Beauty Body (体験OK)		Back&Chest
	Madoka	Hana	Hana		Comingsoon
		15:15 ~ 16:00	15:00 ~ 15:45		
		BalanceAdvance	Waist&Hip		
		Hana	Hana		
		16:45 ~ 17:30	16:30 ~ 17:15		
		Balance	SteptoBurn		
		Mizuki	Mizuki		
17:00 ~ 17:45					
Abs					
Haruna					
18:15 ~ 19:15	18:00 ~ 18:45				18:00 ~ 18:45
Advance	Pre Basic (体験OK)				PowerBeatCamp
Madoka	Natsuki				Natsuki
19:45 ~ 20:30	19:30 ~ 20:15				19:30 ~ 20:15
Waist (体験OK)	HipPump				HotWorkout
Haruna	Mizuki				Mizuki
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45				21:00 ~ 21:45
Legs	CircuitShapeStep				Waist&Hip
Madoka	Natsuki				Natsuki

・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時間前迄にお願しております。

・レッスン開始時刻1時間前を切っ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。