

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08	
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 ~ 11:30	
Beauty Body (体験OK) Madoka		PowerBeatCamp (体験OK) Mizuki	Basic (体験OK) Haruna	GlamorousHip (体験OK) Comingsoon		Pilates×Yoga Natsuki	Advance Madoka	
12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:15 ~ 13:00	
StepstoBurn Mizuki		Back&Arm Madoka	HipPump Hana	Waist&Hip Hana		Abs (体験OK) Haruna	Legs Madoka	
		13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15		13:30 ~ 14:15		
		Back&Chest Mizuki	Balance Hana	Back&Arm Hana		HotWorkout Natsuki		
			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 15:45				
			Advance Madoka	Pre Basic (体験OK) Mizuki				
			16:45 ~ 17:30	16:30 ~ 17:15				
			Beauty Body (体験OK) Madoka	Waist (体験OK) Haruna				
	17:00 ~ 17:45							
	HipPump Mizuki							
18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45					18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45
PowerBeatCamp (体験OK) Mizuki	GlamorousHip (体験OK) Comingsoon	BalanceAdvance Natsuki					Waist&Hip Chihiro	Waist (体験OK) Haruna
19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15				19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	
Abs (体験OK) Haruna	Pre Basic (体験OK) Hana	Balance Madoka				Back&Arm Mizuki	StepstoBurn Mizuki	
21:00 ~ 21:45	20:45 ~ 21:30	21:00 ~ 21:45				21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	
Pilates×Yoga Mizuki	CircuitShapeStep Hana	Beauty Body (体験OK) Natsuki				Basic (体験OK) Haruna	Waist&Hip Mizuki	

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

- ・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に制限されます。

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:15 Abs (体験OK) Haruna	9:45 ~ 11:00 SurFam Comingsoon	10:30 ~ 11:15 Waist&Hip Natsuki	定休日	10:30 ~ 11:15 BalanceAdvance Natsuki	10:30 ~ 11:15 Legs Madoka		10:30 ~ 11:15 SteptoBurn Mizuki
12:00 ~ 12:45 HotWorkout Natsuki	12:00 ~ 12:45 Back&Chest Madoka	12:00 ~ 12:45 Beauty Body (体験OK) Madoka		12:00 ~ 12:45 PowerBeatCamp (体験OK) Mizuki	12:00 ~ 12:45 Back&Arm Madoka		12:00 ~ 12:45 Pre Basic (体験OK) Comingsoon
13:30 ~ 14:15 Basic (体験OK) Haruna	13:30 ~ 14:15 GlamorousHip (体験OK) Comingsoon	13:30 ~ 14:15 CircuitShapeStep Natsuki		13:30 ~ 14:15 GlamorousHip (体験OK) Comingsoon			13:30 ~ 14:15 Legs Mizuki
	15:00 ~ 15:45 SteptoBurn Natsuki	15:00 ~ 15:45 Pre Basic (体験OK) Natsuki					
	16:30 ~ 17:15 HipPump Mizuki	16:30 ~ 17:15 Back&Chest Madoka					
						17:00 ~ 17:45 Abs (体験OK) Haruna	
18:00 ~ 18:45 Balance Madoka				18:00 ~ 18:45 SteptoBurn Mizuki	18:00 ~ 18:45 HipPump Mizuki	18:15 ~ 19:00 Waist&Hip Mizuki	18:00 ~ 18:45 Basic (体験OK) Haruna
19:30 ~ 20:15 HipPump Natsuki				19:30 ~ 20:15 Basic (体験OK) Madoka	19:30 ~ 20:15 CircuitShapeStep Mizuki	19:30 ~ 20:15 Pilates*Yoga Mizuki	19:30 ~ 20:15 Back&Arm Madoka
21:00 ~ 22:00 Advance Madoka				21:00 ~ 21:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki	21:00 ~ 21:45 Waist (体験OK) Haruna	20:45 ~ 21:30 BalanceAdvance Mizuki	21:00 ~ 21:45 Abs (体験OK) Haruna

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki	10:30 ~ 11:15 Abs (体験OK) Haruna	定休日	10:30 ~ 11:15 Waist (体験OK) Haruna	10:30 ~ 11:15 HipPump Mizuki		10:30 ~ 11:15 Pilates*Yoga Mizuki	
12:00 ~ 12:45 Back&Arm Madoka	12:00 ~ 12:45 HipPump Hana		12:00 ~ 12:45 Back&Chest Natsuki	12:00 ~ 12:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki		12:00 ~ 12:45 CircuitShapeStep Mizuki	
13:30 ~ 14:15 Beauty Body (体験OK) Madoka	13:30 ~ 14:30 Advance Hana		13:30 ~ 14:15 PowerBeatCamp (体験OK) Comingsoon	13:15 ~ 13:45 お試し体験会 Comingsoon		13:30 ~ 14:15 Balance Madoka	
15:00 ~ 15:45 Waist&Hip Natsuki	15:15 ~ 16:00 Legs Madoka						
16:30 ~ 17:15 Balance Madoka	16:45 ~ 17:30 Pre Basic (体験OK) Comingsoon						
						17:00 ~ 18:00 Advance Madoka	
				18:00 ~ 18:45 HotWorkout Mizuki	18:00 ~ 18:45 Waist&Hip Natsuki	18:30 ~ 19:15 Waist (体験OK) Haruna	18:00 ~ 18:45 Beauty Body (体験OK) Madoka
				19:30 ~ 20:15 GlamorousHip (体験OK) Comingsoon	19:30 ~ 20:15 Basic (体験OK) Haruna	19:45 ~ 20:30 PowerBeatCamp (体験OK) Comingsoon	19:30 ~ 20:15 Back&Chest Natsuki
				21:00 ~ 21:45 Beauty Body (体験OK) Mizuki	21:00 ~ 21:45 SteptoBurn Natsuki	21:00 ~ 21:45 Legs Madoka	21:00 ~ 21:45 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に1回に制限されます。