

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

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

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24				
月	火	水	木	金	土	日	月				
定休日	全店研修	全店研修	営業時間外	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	定休日				
				Back&Arm	Legs	HipPump					
				Madoka	Madoka	Mizuki					
				12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45					
				Pilates×Yoga	Waist (体験OK)	Pre Basic (体験OK)					
				Mizuki	Haruna	Mizuki					
				13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:15					
				Pre Basic (体験OK)	Advance	Beauty Body (体験OK)					
				Comingsoon	Madoka	Madoka					
				営業時間外	営業時間外	営業時間外		営業時間外	15:15 ~ 16:00	15:00 ~ 15:45	営業時間外
									Basic (体験OK)	Back&Chest	
									Haruna	Madoka	
16:45 ~ 17:30	16:30 ~ 17:15										
Balance	SteptoBurn										
Madoka	Mizuki										
17:00 ~ 17:45											
Pre Basic (体験OK)											
Natsuki											
18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45										
Back&Chest	SteptoBurn										
Mizuki	Natsuki										
19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15										
HotWorkout	HipPump										
Natsuki	Natsuki										
20:45 ~ 21:30	21:00 ~ 21:45										
GlamorousHip (体験OK)	Abs										
Mizuki	Haruna										

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	
火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	営業時間外	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
BalanceAdvance	Balance		SteptoBurn	Advance	Balance	
Mizuki	Madoka		Natsuki	Mizuki	Madoka	
12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 12:45		12:00 ~ 12:45	12:15 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45	
Legs	HotWorkout		Beauty Body (体験OK)	Beauty Body (体験OK)	Waist&Hip	
Madoka	Natsuki		Madoka	Hana	Hana	
13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:00		13:30 ~ 14:15	13:45 ~ 14:30	13:30 ~ 14:15	
GlamorousHip (体験OK)	お試し体験会		Waist&Hip	HipPump	CircuitShapeStep	
Mizuki	Comingsoon		Natsuki	Hana	Hana	
営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:15 ~ 16:00	15:00 ~ 15:45
					Legs	Abs
					Madoka	Haruna
		16:45 ~ 17:30			16:30 ~ 17:15	
		PowerBeatCamp			Pilates×Yoga	
		Comingsoon			Natsuki	
17:00 ~ 17:45						
Beauty Body (体験OK)						
Natsuki						
18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 18:45	18:15 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45	営業時間外		
PowerBeatCamp	GlamorousHip (体験OK)	CircuitShapeStep	Abs			
Comingsoon	Mizuki	Natsuki	Haruna			
19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:15			
Back&Arm	SteptoBurn	Pilates×Yoga	GlamorousHip (体験OK)			
Madoka	Mizuki	Mizuki	Mizuki			
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	20:45 ~ 21:30	19:30 ~ 20:15			
Basic (体験OK)	Waist (体験OK)	Waist&Hip	HipPump			
Haruna	Haruna	Mizuki	Mizuki			

・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が1回に制限されます。