

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08		
木	金	土	日	月	火	水	木		
年末年始休業	年末年始休業	営業時間外	10:30 ~ 11:15 HipPump Natsuki	定休日	10:30 ~ 11:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki	10:30 ~ 11:15 Basic (体験OK) Haruna			
			12:00 ~ 12:45 Legs Madoka		12:00 ~ 12:45 Back&Arm Madoka	12:00 ~ 12:45 Back&Chest Madoka			
			13:00 ~ 13:45 Beauty Body (体験OK) Madoka		13:30 ~ 14:15 GlamorousHip (体験OK) Natsuki	13:30 ~ 14:15 Pilates×Yoga Natsuki		13:15 ~ 13:45 お試し体験会	
			14:30 ~ 15:15 SteptoBurn Natsuki		15:00 ~ 15:45 Back&Chest Madoka				
		16:00 ~ 16:30 Balance Madoka	16:30 ~ 17:15 Abs Natsuki			16:00 ~ 16:30 お試し体験会			
		17:00 ~ 17:30 お試し体験会				17:00 ~ 17:45 GlamorousHip (体験OK) Mizuki			
		営業時間外	営業時間外		営業時間外	18:00 ~ 18:45 Legs Madoka		18:00 ~ 18:45 HotWorkout Natsuki	18:00 ~ 18:45 PowerBeatCamp Haruna
						19:30 ~ 20:30 Advance Mizuki		19:30 ~ 20:15 Waist&Hip Mizuki	19:30 ~ 20:15 Waist (体験OK) Haruna
						21:15 ~ 22:00 Abs Mizuki		21:00 ~ 21:45 Balance Mizuki	20:45 ~ 21:30 CircuitShapeStep Mizuki

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16			
金	土	日	月	火	水	木	金			
10:30 ~ 11:15 GlamorousHip (体験OK) Natsuki	10:30 ~ 11:15 HotWorkout Natsuki	10:30 ~ 11:15 Abs Haruna	定休日	10:30 ~ 11:15 PowerBeatCamp Haruna	10:30 ~ 11:30 Advance Natsuki	営業時間外	10:30 ~ 11:15 Reset&Burn Comingsoon			
12:00 ~ 12:45 Abs Haruna	12:00 ~ 12:45 Abs Hana	12:00 ~ 12:45 CircuitShapeStep Hana		12:00 ~ 12:45 Legs Madoka	12:15 ~ 13:00 Waist (体験OK) Haruna		12:00 ~ 12:45 Waist (体験OK) Haruna			
13:30 ~ 14:15 Waist&Hip Natsuki	13:30 ~ 14:15 HipPump Hana	13:30 ~ 14:15 Waist&Hip Hana		13:30 ~ 14:15 Basic (体験OK) Haruna	13:30 ~ 14:00 お試し体験会		13:30 ~ 14:15 HipPump Mizuki			
営業時間外	15:00 ~ 15:45 Beauty Body (体験OK) Haruna	15:00 ~ 15:45 Basic (体験OK) Haruna					17:00 ~ 17:45 SteptoBurn Mizuki			
	16:30 ~ 19:00 SurFam Natsuki	16:30 ~ 17:15 GlamorousHip (体験OK) Natsuki								
	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 ~ 18:45 Beauty Body (体験OK) Madoka	18:00 ~ 18:45 Back&Arm Madoka	18:00 ~ 18:45 HipPump Mizuki	18:00 ~ 18:45 Waist&Hip Comingsoon
					19:30 ~ 20:15 Back&Arm Madoka		19:30 ~ 20:15 HotWorkout Ayuka	19:30 ~ 20:15 Pilates×Yoga Natsuki	19:30 ~ 20:15 Reset&Burn Comingsoon	19:30 ~ 20:15 BalanceAdvance Natsuki
21:00 ~ 21:45 Legs Madoka					21:00 ~ 21:45 Back&Chest Madoka		21:00 ~ 21:45 Pre Basic (体験OK) Madoka	20:45 ~ 21:30 Basic (体験OK) Haruna	21:00 ~ 21:45 SteptoBurn 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。

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:15 SteptoBurn Mizuki	10:30 ~ 11:15 Pilates×Yoga Mizuki	定休日	10:30 ~ 11:15 Legs Madoka	10:30 ~ 11:15 Waist&Hip Mizuki	営業時間外	10:30 ~ 11:15 HotWorkout Natsuki	10:30 ~ 11:15 Basic (体験OK) Haruna		
12:00 ~ 12:45 Beauty Body (体験OK) Madoka	12:00 ~ 13:00 Advance Madoka		12:00 ~ 12:45 Pre Basic (体験OK) Mizuki	12:00 ~ 12:45 Pilates×Yoga Mizuki		12:00 ~ 12:45 Reset&Burn Natsuki	12:00 ~ 12:45 HotWorkout Mizuki		
13:30 ~ 14:15 Back&Arm Madoka	13:45 ~ 14:30 GlamorousHip (体験OK) Mizuki		13:30 ~ 14:15 Back&Chest Madoka	13:15 ~ 13:45 お試し体験会		13:30 ~ 14:15 Abs Haruna	13:30 ~ 14:15 Pre Basic (体験OK) Madoka		
15:00 ~ 15:45 Basic (体験OK) Haruna	15:15 ~ 16:00 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 Reset&Burn Comingsoon	
16:30 ~ 17:15 Reset&Burn Comingsoon	16:45 ~ 17:30 HipPump Mizuki							16:30 ~ 17:15 Legs Madoka	
17:45 ~ 18:15 お試し体験会	18:00 ~ 18:30 お試し体験会							17:45 ~ 18:15 お試し体験会 Madoka	
営業時間外	営業時間外							17:00 ~ 17:30 お試し体験会	17:00 ~ 17:45 Pre Basic (体験OK) Natsuki
			18:00 ~ 18:45 Reset&Burn Comingsoon	18:00 ~ 18:45 Waist (体験OK) Haruna		18:15 ~ 19:00 Back&Chest Madoka	18:00 ~ 18:45 Beauty Body (体験OK) Madoka		
			19:30 ~ 20:15 Basic (体験OK) Haruna	19:30 ~ 20:30 Advance Natsuki		19:30 ~ 20:15 Balance Madoka	19:30 ~ 20:15 HipPump Mizuki		
			21:00 ~ 21:45 BalanceAdvance Mizuki	21:15 ~ 22:00 Beauty Body (体験OK) Natsuki		20:45 ~ 21:30 GlamorousHip (体験OK) Natsuki	21:00 ~ 21:45 Pilates×Yoga Mizuki		
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	17:00 ~ 17:45 Pre Basic (体験OK) Natsuki			
						18:00 ~ 18:45 Waist (体験OK) Haruna	18:15 ~ 19:00 Back&Chest Madoka	18:00 ~ 18:45 Beauty Body (体験OK) Madoka	
						19:30 ~ 20:15 Basic (体験OK) Haruna	19:30 ~ 20:30 Advance Natsuki	19:30 ~ 20:15 Balance Madoka	19:30 ~ 20:15 HipPump Mizuki
						21:00 ~ 21:45 BalanceAdvance Mizuki	21:15 ~ 22:00 Beauty Body (体験OK) Natsuki	20:45 ~ 21:30 GlamorousHip (体験OK) Natsuki	21:00 ~ 21:45 Pilates×Yoga Mizuki

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31				
日	月	火	水	木	金	土				
10:30 ~ 11:15 HipPump Mizuki	定休日	10:30 ~ 11:15 GlamorousHip (体験OK) Mizuki	10:30 ~ 11:15 CircuitShapeStep Mizuki	営業時間外	10:30 ~ 11:15 Waist&Hip Natsuki	10:30 ~ 11:15 Waist (体験OK) Haruna				
12:00 ~ 12:45 Beauty Body (体験OK) Hana		12:00 ~ 12:45 Beauty Body (体験OK) Natsuki	12:00 ~ 12:45 Reset&Burn Mizuki		12:00 ~ 13:00 Advance Madoka	12:00 ~ 12:45 PowerBeatCamp Hana				
13:30 ~ 14:15 Back&Arm Hana		13:30 ~ 14:15 Pilates×Yoga Mizuki	13:15 ~ 13:45 お試し体験会		13:45 ~ 14:30 Beauty Body (体験OK) Natsuki	13:30 ~ 14:15 BalanceAdvance Hana				
15:00 ~ 15:45 Pre Basic (体験OK) Mizuki		営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:00 ~ 15:45 Beauty Body (体験OK) Madoka			
16:15 ~ 17:00 PowerBeatCamp Haruna							16:30 ~ 17:15 Balance Mizuki			
17:30 ~ 18:00 お試し体験会							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										
		19:30 ~ 20:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki	19:30 ~ 20:15 SteptoBurn Natsuki		19:30 ~ 20:15 Waist&Hip Comingsoon	19:30 ~ 20:15 CircuitShapeStep Mizuki				
		21:00 ~ 21:45 PowerBeatCamp Haruna	21:00 ~ 21:45 Back&Arm Madoka		20:45 ~ 21:30 Reset&Burn Comingsoon	21:00 ~ 21:45 Waist (体験OK) Haruna				
		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		
17:00 ~ 17:45 Back&Chest Mizuki										
18:00 ~ 18:45 Basic (体験OK) Haruna	18:15 ~ 19:00 Abs Haruna			18:00 ~ 18:45 Basic (体験OK) Haruna						
19:30 ~ 20:15 Pre Basic (体験OK) Natsuki	19:30 ~ 20:15 SteptoBurn Natsuki			19:30 ~ 20:15 Waist&Hip Comingsoon					19:30 ~ 20:15 CircuitShapeStep Mizuki	
21:00 ~ 21:45 PowerBeatCamp Haruna	21:00 ~ 21:45 Back&Arm Madoka	20:45 ~ 21:30 Reset&Burn Comingsoon	21:00 ~ 21:45 Waist (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。