

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
月	火	水	木	金	土	日	月
CLOSE	10:30 ~ 11:30 BOOTY & LEGS RYOKO	10:30 ~ 11:30 WAIST & BOOTY RYOKO	CLOSE	CLOSE	10:30 ~ 11:30 KUBIRE WORKOUT (体験OK) COMING SOON	10:30 ~ 11:00 ABS (体験OK) SHION	CLOSE
	12:15 ~ 13:15 BACK & ARMS RYOKO	12:15 ~ 13:15 BASIC (体験OK) TINA			12:15 ~ 13:15 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) AYUKA	12:15 ~ 13:15 BASIC (体験OK) TINA	
	13:15 ~ 13:45 お試し体験会				14:00 ~ 15:00 BACK & ARMS RYOKO	14:00 ~ 15:00 FULL BODY BURN Lv.1 SHION	
					15:45 ~ 16:45 BASIC (体験OK) TINA	15:45 ~ 16:45 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION	
					17:30 ~ 18:00 BOOTY AYUKA	17:30 ~ 18:30 PRE ADVANCE (上級者) AYUKA	
					18:00 ~ 18:30 お試し体験会		
					17:30 ~ 18:00 CHEST & BACK MAKO	17:30 ~ 18:30 BACK & ARMS RYOKO	
					19:15 ~ 20:15 FULL BODY BURN Lv.2 AYUKA	19:15 ~ 20:15 BOOTY & LEGS RYOKO	
					21:00 ~ 22:00 LEGS & LOWER ABS (体験OK) MAKO	21:00 ~ 22:00 KUBIRE WORKOUT (体験OK) TINA	

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION	10:30 ~ 11:30 ADVANCE SHION	CLOSE	10:30 ~ 11:30 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) AYUKA	10:30 ~ 11:00 CHEST & BACK AYUKA	10:30 ~ 11:30 THE TRAINING AYUKA	CLOSE	10:30 ~ 11:30 FULL BODY BURN Lv.1 SHION
12:15 ~ 13:15 THE TRAINING AYUKA	12:15 ~ 12:45 ABS (体験OK) SHION		12:15 ~ 13:15 BOOTY & LEGS RYOKO	12:15 ~ 13:15 WAIST & BOOTY RYOKO	12:15 ~ 13:15 BOOTY & LEGS RYOKO		12:15 ~ 13:15 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION
13:15 ~ 13:45 お試し体験会			13:15 ~ 13:45 お試し体験会	14:00 ~ 15:00 BOOTY & LEGS RYOKO	14:00 ~ 15:00 ADVANCE SHION		13:15 ~ 13:45 お試し体験会
				15:45 ~ 16:45 PRE ADVANCE (上級者) AYUKA	15:45 ~ 16:15 ABS (体験OK) SHION		
				17:30 ~ 18:30 KUBIRE WORKOUT (体験OK) COMING SOON	17:30 ~ 18:30 BACK & ARMS RYOKO		
				16:30 ~ 17:00 お試し体験会			
				17:30 ~ 18:00 BOOTY SHION			
				19:15 ~ 20:15 FULL BODY BURN Lv.1 SHION			
				21:00 ~ 22:00 BASIC (体験OK) TINA			
16:30 ~ 17:00 お試し体験会						16:30 ~ 17:00 お試し体験会	
17:30 ~ 18:30 WAIST & BOOTY RYOKO	17:30 ~ 18:30 KUBIRE WORKOUT (体験OK) COMING SOON					17:30 ~ 18:30 BASIC (体験OK) TINA	
19:15 ~ 19:45 CHEST & BACK SHION	19:15 ~ 20:15 BOOTY & LEGS RYOKO					19:15 ~ 20:15 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) AYUKA	
21:00 ~ 22:00 BACK & ARMS RYOKO	21:00 ~ 22:00 WAIST & BOOTY RYOKO					21:00 ~ 21:30 CHEST & BACK AYUKA	

・レッスンの説明と練習 15分+レッスン 45分となります。(CHEST&BACK/BOOTY/ABSはレッスン30分となります。)
 ・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。

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION	CLOSE	10:30 ~ 11:30 BASIC (体験OK) TINA	10:30 ~ 11:30 BOOTY & LEGS RYOKO	10:30 ~ 11:00 BOOTY SHION	CLOSE	10:30 ~ 11:30 KUBIRE WORKOUT (体験OK) COMING SOON	10:30 ~ 11:30 PRE ADVANCE (上級者) AYUKA
12:15 ~ 13:15 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) SHION		12:15 ~ 13:15 ADVANCE AYUKA	12:15 ~ 13:15 BASIC (体験OK) TINA	12:15 ~ 13:15 BACK & ARMS RYOKO		12:15 ~ 13:15 FULL BODY BURN Lv.2 AYUKA	12:15 ~ 13:15 KUBIRE WORKOUT (体験OK) COMING SOON
13:15 ~ 13:45 お試し体験会		13:15 ~ 13:45 お試し体験会	14:00 ~ 15:00 KUBIRE WORKOUT (体験OK) COMING SOON	14:00 ~ 15:00 BASIC (体験OK) TINA			
			15:45 ~ 16:15 CHEST & BACK AYUKA	15:45 ~ 16:45 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION			
			17:30 ~ 18:30 WAIST & BOOTY RYOKO	17:30 ~ 18:30 ADVANCE SHION			
16:30 ~ 17:00 お試し体験会		16:30 ~ 17:00 お試し体験会					
17:30 ~ 18:30 BACK & ARMS RYOKO		17:30 ~ 18:30 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) AYUKA	CLOSE	CLOSE			
19:15 ~ 20:15 THE TRAINING AYUKA		19:15 ~ 20:15 FULL BODY BURN Lv.2 Natsuki					
21:00 ~ 22:00 BOOTY & LEGS RYOKO		21:00 ~ 21:30 BOOTY Natsuki					
						19:15 ~ 20:15 BACK & ARMS RYOKO	19:15 ~ 19:45 BOOTY SHION
						21:00 ~ 22:00 ADVANCE SHION	21:00 ~ 22:00 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
木	金	土	日	月	火
CLOSE	10:30 ~ 11:30 BOOTY & LEGS RYOKO	10:30 ~ 11:30 FULL BODY BURN Lv.1 SHION	9:30 ~ 11:30 REDY'S RUNNING CLUB	CLOSE	10:30 ~ 11:30 BASIC (体験OK) TINA
	12:15 ~ 13:15 KUBIRE WORKOUT (体験OK) COMING SOON	12:15 ~ 13:15 BACK & ARMS AYUKA	12:15 ~ 13:15 WAIST & BOOTY RYOKO		12:15 ~ 13:15 WAIST & BOOTY RYOKO
	13:15 ~ 13:45 お試し体験会	14:00 ~ 15:00 THE TRAINING SHION	14:00 ~ 15:00 BACK & ARMS RYOKO		13:15 ~ 13:45 お試し体験会
		15:45 ~ 16:45 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION	15:45 ~ 16:45 FULL BODY BURN Lv.2 Natsuki		
		17:30 ~ 18:00 CHEST & BACK AYUKA	17:30 ~ 18:00 ABS (体験OK) SHION		
	16:30 ~ 17:00 お試し体験会	18:00 ~ 18:30 お試し体験会	18:00 ~ 18:30 お試し体験会		
	17:30 ~ 18:00 CHEST & BACK AYUKA				1630 ~ 17:00 お試し体験会
	19:15 ~ 20:15 WAIST & BOOTY RYOKO	CLOSE	CLOSE		17:30 ~ 18:30 PRE ADVANCE (上級者) COMING SOON
	21:00 ~ 22:00 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) AYUKA				19:15 ~ 20:15 ADVANCE AYUKA
					21:00 ~ 21:30 ABS (体験OK) SHION

・レッスン 個別 & 練習15分+レッスン45分となります。(CHEST&BACK/BOOTY/ABSはレッスン30分となります。)
 ・クラスの曜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週間前迄にお申し立てしております。
 ・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。