

日	月	火	水	木	金	土
		骨 14:30 ★ ERI 体 16:00 ★★ ERI (体幹強化クラス)	工 14:30 ★ YUKA 工 19:00 ★ YUKA	ア 10:00 ★ MIYABI B 11:30 ★ MIYABI	工 14:30 ★ YUKA 工 18:30 ★ YUKA	工 11:00 ★ YUKA 体 12:30 ★★ ERI (体幹強化クラス) 骨 19:30 ★ ERI
6	7	8	9	10	11	12
B 13:30 ★ MIYABI 工 17:30 ★★ YUKA	工 14:00 ★ YUKA 工 19:30 ★★ YUKA	骨 14:30 ★ ERI 体 16:00 ★★ ERI (体幹強化クラス)	定休日	ア 10:00 ★ MIYABI B 11:30 ★ MIYABI	臨時休業	体 12:30 ★★ ERI (体幹強化クラス) B 17:30 ★ MIYABI 骨 19:30 ★ ERI
13	14	15	16	17	18	19
腹 10:00 ★ MINACO (フロアクラス) 桃 11:30 ★ MINACO (フロアクラス)	ア 10:00 ★ MIYABI B 11:30 ★ MIYABI	骨 14:30 ★ ERI 体 16:00 ★★ ERI (体幹強化クラス)	定休日	臨時休業	臨時休業	体 12:30 ★★ ERI (体幹強化クラス) 工 15:00 ★ MAI (未定) 骨 19:30 ★ ERI
20	21	22	23	24	25	26
B 13:30 ★ MIYABI ア 15:00 ★ MIYABI	腹 10:00 ★ MINACO (フロアクラス) 桃 11:30 ★ MINACO (フロアクラス)	骨 14:30 ★ ERI 体 16:00 ★★ ERI (体幹強化クラス)	定休日	ア 10:00 ★ MIYABI B 11:30 ★ MIYABI	ア 10:00 ★ MIYABI B 11:30 ★ MIYABI	体 12:30 ★★ ERI (体幹強化クラス) 工 15:00 ★ MAI (未定) 骨 19:30 ★ ERI
27	28	29	30	31		
ア 10:00 ★ MIYABI B 11:30 ★ MIYABI	臨時休業	骨 14:30 ★ ERI 体 16:00 ★★ ERI (体幹強化クラス)	定休日	ア 10:00 ★ MIYABI B 11:30 ★ MIYABI		

工 エアリアルヨガ     
 B バランスボール     
 桃 美尻エアヨガ     
 腹 美腹シェイプアップ     
 ★ マークは、レッスンの強度です。  
リ 空中リストラティブ     
 陰 陰ヨガ     
 骨 骨格調整     
 ピ ビラティス     
 ア アロマストレッチ  
 レッスンは、完全予約制です。前日20時までに予約がないクラスは、休講となります。  
 また、当日キャンセルの場合は、必ずスタジオまでご連絡ください。※無断キャンセル厳禁

※ レッスン開始1時間前を過ぎてのキャンセル及び・無断キャンセルの場合は、1回分の受講消化となりますのでご注意ください。 ※