

曜日	火	水	木	金	土	日	
9:00					New ビューティ・ベルヴィス® KUNIE	リラックスヨガ MINA (フリーパス会員無料 その他会員2,200円)	9:00
10:00	ピラティス 入門 [ストレッチポール] RICA	ピラティス 入門 ATSU	ピラティス (二の腕背中) [パワーサークル] RICA	骨格改善 バーオソル ピラティス® [ボール] SUGAKO	アンチエイジング ピラティス (スタンディング) RICA	ピラティス 入門 [ボール] RICA	9:50 10:10
10:50							11:00
11:10	はじめての ピラティス NAOMI	ジャズダンス SHIN	リラックスヨガ MINA	バレエ(基礎) SAEKO	ピラティス 入門 [ストレッチポール] RICA	ピラティス スパインコレクター RICA	11:20
12:00							12:00
12:20			New ピラティス スパインコレクター RICA	ピラティス入門 (産後ケア ピラティス) [ストレッチポール] EMI	1週目 キッズピラティス 受講料:1,100円  4週目 マスターストレッチ	↑ オンラインレッスンは ありません。	12:10
12:40	ビューティ・ベルヴィス® HISANO	バレエ (バーレッスン) RICA					
13:10		バレエ (フロア) RICA	↑ オンラインレッスンは ありません。				
13:50					↑ キッズピラティス MADOKA 12:20~13:00 幼児 13:00~13:50 小学生  マスターストレッチ TOMOKO 12:30~13:20 定員4名 フリーパス会員 2,200円 その他会員・一般 4,400円		
15:15	15:15~16:00 キッズバレエ (幼児) SAEKO						
16:00	16:10~17:00 キッズバレエ (小学1~3年) SAEKO	16:30~17:15 キッズバレエ (幼児) SAYAKA	16:15~17:00 エアトリック マット入門 KYO				
17:00	17:10~18:00 キッズバレエ (小学4~6年) SAEKO	17:30~18:20 キッズバレエ (小学生) SAYAKA	17:00~17:45 エアトリック マット初級 KYO	17:00~17:45 キッズダンス (小学生) AKIKA			
18:00							
19:00	シェイプアップ ピラティス ATSU	ピラティス (二の腕背中) RICA	バレエ(基礎) SAEKO	リラックスヨガ EMI . N			
19:50							
20:10	ビューティ・ベルヴィス® HISANO	リラックスヨガ HIROMI	リラックスヨガ SHOKO	ピラティス (美脚ヒップ) [ウェーブリング] TOMOKO			
21:00							