

👉: 未経験者におすすめ
■ ヨガ 60分、75分
■ ピラティス 60分
■ ビューティ・ベルヴィス 60分

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
					9:00 ~ 10:15 メディテーション ミュ 12日、26日) フローII ノブコ	9:00 ~ 10:15 アロマヨガ フローI ミュ
10:45 ~ 12:00 フローI リオ	10:45 ~ 12:00 ボディI ムツミ	10:45 ~ 11:45 体幹コントロール ピラティスI リエ 2日) 休講	10:45 ~ 12:00 フローI ヒロ 10日) アロマヨガ フローI 3日) 休講	10:45 ~ 11:45 リラックス ノリ	10:30 ~ 11:30 代謝アップピラティスI サトミ 5日) 体幹コントロール ピラティスI 26日) 代謝アップピラティスII 12:00 ~ 13:15 フローI キョウコ 12日、26日) ボディI	10:30 ~ 11:30 リラックス リオ
12:15 ~ 13:15 体幹コントロール ピラティスI タッチ 28日) 体幹コントロール ピラティスII	12:15 ~ 13:15 ビューティ・ベルヴィス エミ 29日) ベルヴィス・フローダンス ニノ 1日) 休講	12:00 ~ 13:15 アロマヨガ フローI ミュ 30日) アロマヨガ リラックス 2日) 休講	12:15 ~ 13:15 リラックス ヒロ 3日) 休講	12:00 ~ 13:15 フローI アツミ		11:45 ~ 12:45 体幹コントロール ピラティスI マリ
13:30 ~ 14:45 ボディI アツミ	13:30 ~ 14:30 ヨガ ニドラー (寝たまんまヨガ) ミユキ 1日) 休講	13:30 ~ 14:30 筋膜ストレッチ アキコ 9日、30日) くびれ 16日) 美脚 23日) 整顔 2日) 休講	13:30 ~ 14:30 代謝アップピラティスI サトミ 10日) 体幹コントロール ピラティスI 31日) 代謝アップピラティスII 3日) 休講	13:30 ~ 14:30 体幹コントロール ピラティスI ミキ	13:30 ~ 14:30 リラックス キョウコ	13:15 ~ 14:30 ボディII マリー 13日、27日) ボディI
14日限定 15:00 ~ 16:15 アロマヨガ フローI チヒロ				4日限定 14:45 ~ 16:00 ボディI ユウキ	14:45 ~ 16:00 ボディI チヒロ 12日、26日) アロマヨガ フローI	15:00 ~ 16:00 ビューティ・ベルヴィス マユミ
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>～ お知らせ ～</p> <p>※1 筋膜ストレッチは男性、マタニティの方は受講できません。</p> <p>※ 急な代講やスケジュールの変更もございます。詳しくはWEB予約システムでご確認下さい。</p> </div>						
						----- 【 営業時間 】 ----- 月 10:15 ~ 15:15 火 10:15 ~ 15:00 18:15 ~ 21:30 水木金 10:15 ~ 15:00 18:15 ~ 21:45 土日 8:30 ~ 16:30
18:45 ~ 19:45 リラックス リオ 1日) 休講	18:45 ~ 20:00 フローI ノブコ 2日) 休講	18:45 ~ 19:45 体幹コントロール ピラティスI マリ 3日) 休講	18:45 ~ 19:45 ビューティ・ベルヴィス マユミ 4日) 休講			
20:00 ~ 21:00 体幹コントロール ピラティスI サオリ 1日) 休講	20:15 ~ 21:15 ラックス マリー 2日) 休講	20:00 ~ 21:15 フローI アサミ 3日) 休講	20:00 ~ 21:15 ボディI ユウキ 4日) 休講			

※ご予約、ご見学、各種お手続きは上記時間内にお問い合わせください