

※2026年08月19日02:07 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています。

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	
朝 練																									
	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 新垣	10:00-10:50 ◎ヒラB&A+ 杉元	10:00-10:50 ◎ヒラUpper+ 新垣	10:00-10:30 ◎ヒラcore 麻生	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 麻生		10:00-10:30 ◎ヒラBackStyle 新垣	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 新垣	10:00-10:30 ◎ヒラTotalBody 日高	10:00-10:50 ◎ヒラUpper+ 日高	10:00-10:50 ◎ヒラB&A+ 杉元	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 麻生	10:00-10:50 ◎ヒラH&L+ 新垣	10:00-10:30 ◎ヒラStretchC 麻生	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 麻生	10:00-10:50 ◎ヒラUpper+ 日高	10:00-10:30 ◎ヒラcore 麻生	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 杉元		10:00-10:30 SP 小笠原	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 新垣	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 日高	10:00-10:30 SP 小笠原		
11:20-11:50 ◎ヒラBackStyle 新垣	11:10-11:40 ◎ヒラRefCore 杉元	11:10-11:40 ◎ヒラBackStyle 新垣	11:00-11:30 ◎ヒラStretchC 麻生	11:10-11:40 ◎ヒラStretchC 麻生		11:00-11:50 ◎ヒラB+ 新垣	11:10-11:40 ◎ヒラChestSR 新垣	10:50-11:40 ◎ヒラUpper+ 日高	11:10-11:40 ◎ヒラChestSR 小笠原	11:10-11:40 ◎ヒラRefCore 杉元	11:10-11:40 ◎ヒラcore 麻生	11:10-11:40 ◎ヒラChestSR 新垣	10:50-11:40 ◎ヒラUpper+ 麻生	11:10-11:40 SP 麻生	11:10-11:40 ◎ヒラChestSR 小笠原	10:50-11:40 ◎ヒラLower+ 麻生	11:10-11:40 SP 新垣		11:00-11:30 ◎ヒラChestSR 小笠原	11:10-12:00 ◎ヒラB+ 新垣	11:10-11:40 SP 日高	11:00-11:30 Rin-Ballet 小笠原			

