

TIME	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日・祝日	TIME
9:30								9:30
9:40								9:40
9:50								9:50
10:00							初級リング 9:30~10:20	10:00
10:10								10:10
10:20								10:20
10:30								10:30
10:40	体験レッスン 10:00~11:30				体験レッスン 10:00~11:30	体験レッスン 9:30~11:00		10:40
10:50								10:50
11:00								11:00
11:10								11:10
11:20							初級スタート 11:00~11:50	11:20
11:30								11:30
11:40								11:40
11:50								11:50
12:00								12:00
12:10								12:10
12:20	初級リフォーマー 12:00~12:50		体験レッスン 12:00~13:30	体験レッスン 12:00~13:30	初級スパイン 12:00~12:50	体験レッスン 11:30~13:00		12:20
12:30								12:30
12:40								12:40
12:50								12:50
13:00								13:00
13:10							体験レッスン 12:30~14:00	13:10
13:20								13:20
13:30								13:30
13:40								13:40
13:50								13:50
14:00						初級リフォーマー 13:30~14:20		14:00
14:10	体験レッスン 13:30~15:00				体験レッスン 13:30~15:00			14:10
14:20			初級リング 14:00~14:50					14:20
14:30								14:30
14:40				体験レッスン 14:00~15:30				14:40
14:50								14:50
15:00								15:00
15:10							体験レッスン 14:30~16:00	15:10
15:20								15:20
15:30								15:30
15:40						体験レッスン 15:00~16:30		15:40
15:50	初級スパイン 15:30~16:20				初級リフォーマー 15:30~16:20			15:50
16:00			体験レッスン 15:30~17:00					16:00
16:10								16:10
16:20				初級スタート 16:00~16:50				16:20
16:30								16:30
16:40								16:40
16:50							初級リフォーマー 16:30~17:20	16:50
17:00					初級スタート 16:40~17:30			17:00
17:10								17:10
17:20						初級スパイン 17:00~17:50		17:20
17:30								17:30
17:40	体験レッスン 17:00~18:30							17:40
17:50			初級スタート 17:30~18:20					17:50
18:00								18:00
18:10				体験レッスン 17:30~19:00				18:10
18:20					初級リング 18:00~18:50			18:20
18:30								18:30
18:40								18:40
18:50								18:50
19:00								19:00
19:10								19:10
19:20								19:20
19:30								19:30
19:40								19:40
19:50			体験レッスン 19:00~20:30					19:50
20:00				初級リフォーマー 19:30~20:20				20:00
20:10								20:10
20:20								20:20
20:30								20:30
20:40								20:40
20:50								20:50
21:00								21:00
21:10								21:10
21:20								21:20

初級スタート★1 初級リフォーマー★2 初級スパイン★2 初級リング★3

※ご入会後でも体験レッスンのご受講は可能です。