

Time	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:30							
9:40	初級レッスン	初級レッスン	初級レッスン	中級レッスン	初級レッスンⅡ	初級レッスン	初級レッスン
9:50	リング	スパイン	リフォーマー	タワー	スパイン	リフォーマー	リング
10:00	9:30~10:20	9:30~10:20	9:30~10:20	9:30~10:20	9:30~10:20	9:30~10:20	9:30~10:20
10:10							
10:20							
10:30							
10:40							
10:50	中級レッスン	体験レッスン (会員様も受講可)	初級レッスンⅡ	初級レッスン	初級レッスン	体験レッスン (会員様も受講可)	初級レッスン
11:00	タワー		リング	スパイン	リフォーマー		スパイン
11:10	10:40~11:30		10:40~11:30	10:40~11:30	10:40~11:30		10:40~11:30
11:20							
11:30		10:40~12:00				10:40~12:00	
11:40							
11:50							
12:00	初級レッスン		中級レッスン	コンボ	中級レッスン		中級レッスン
12:10	スタート		リフォーマー	スタート	スタート		タワー
12:20	11:50~12:40		11:50~12:40	11:50~12:50	11:50~12:40		11:50~12:40
12:30		初級レッスン		(下記をご覧ください)		初級レッスンⅡ	
12:40		リング				リング	
12:50		12:20~13:10				12:20~13:10	
13:00							
13:10	中級レッスン		初級レッスン		初級レッスン		体験レッスン (会員様も受講可)
13:20	リフォーマー		スパイン		リング		
13:30	13:00~13:50		13:00~13:50	体験レッスン	13:00~13:50		
13:40		初級レッスンⅡ		(会員様も受講可)		初級レッスン	
13:50		スパイン				スタート	
14:00		13:30~14:20		13:10~14:30		13:30~14:20	
14:10							
14:20			中級レッスン		中級レッスン		
14:30	体験レッスン		タワー		タワー		
14:40	(会員様も受講可)		14:10~15:00		14:10~15:00		
14:50		中級レッスン				中級レッスン	初級レッスンⅡ
15:00	14:10~15:30	リフォーマー		初級レッスン		リフォーマー	スパイン
15:10		14:40~15:30		リフォーマー		14:40~15:30	14:40~15:30
15:20				14:50~15:40			
15:30					初級レッスンⅡ		
15:40			初級レッスン		リング		
15:50			スパイン		15:20~16:10		
16:00	初級レッスンⅡ	初級レッスン	15:30~16:20			コンボ	初級レッスン
16:10	リング	リフォーマー		初級レッスン		スタート	リフォーマー
16:20	15:50~16:40	15:50~16:40		スパイン		15:50~16:50	15:50~16:40
16:30				16:00~16:50		(下記をご覧ください)	
16:40					中級レッスン		
16:50			初級レッスン		リフォーマー		
17:00			リング		16:30~17:20		
17:10			16:40~17:30				
17:20						初級レッスン	中級レッスン
17:30						リング	スタート
17:40						17:10~18:00	17:00~17:50
17:50							
18:00	初級レッスン				初級レッスン		
18:10	スパイン	中級レッスン	初級レッスンⅡ	初級レッスンⅡ	リフォーマー		
18:20	17:50~18:40	タワー	スパイン	リング	17:40~18:30		
18:30		18:00~18:50	18:00~18:50	18:00~18:50		初級レッスン	
18:40						スパイン	
18:50						18:20~19:10	
19:00							
19:10	コンボ				体験レッスン		
19:20	スタート	初級レッスン	初級レッスン	初級レッスン	(会員様も受講可)		
19:30	19:00~20:00	リング	スタート	リフォーマー			
19:40	(下記をご覧ください)	19:10~20:00	19:10~20:00	19:10~20:00	18:50~20:10		
19:50							
20:00							
20:10							
20:20							
20:30	初級レッスン	中級レッスン	初級レッスン	中級レッスン			
20:40	リフォーマー	スタート	リング	リフォーマー	初級レッスン		
20:50	20:20~21:10	20:20~21:10	20:20~21:10	20:20~21:10	スパイン		
21:00					20:30~21:20		
21:10							
21:20							

★Lesson Level	初級スタート →	初級リフォーマー	初級スパイン →	初級リング →	初級Ⅱスパイン	初級Ⅱリング
	中級スタート →	中級リフォーマー →		中級タワー		
	コンボスタート	【 参加対象 : メンバースカード2枚目以降 (31回目~) のお客様 】				