

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 スパイン	中級レッスン スタート	中級レッスン タワー	初級レッスン リフォーマー	初級レッスン リング	初級レッスン スパインⅡ	初級レッスンⅡ リング
9:50							
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 リフォーマー	体験レッスン (会員様も受講可) 10:40~12:00	コンボ スタート 10:40~11:40 (下記をご覧ください)	初級レッスン リング	初級レッスン スパイン	初級レッスン スタート	体験レッスン (会員様も受講可) 10:40~12:00
11:00	10:40~11:30			10:40~11:30	10:40~11:30	10:40~11:30	
11:10							
11:20							
11:30							
11:40							
11:50							
12:00	初級レッスンⅡ リング			体験レッスン (会員様も受講可)	中級レッスン タワー	中級レッスン リフォーマー	
12:10	11:50~12:40		初級レッスン スパイン	11:50~13:10	11:50~12:40	11:50~12:40	
12:20		初級レッスン リフォーマー	12:00~12:50				初級レッスン スパイン
12:30		12:20~13:10					12:20~13:10
12:40							
12:50							
13:00							
13:10	体験レッスン (会員様も受講可)		初級レッスン リング		初級レッスンⅡ スパイン	体験レッスン (会員様も受講可) 13:00~14:20	
13:20	13:00~14:20	初級レッスン スタート	13:10~14:00	中級レッスン スタート	13:00~13:50		
13:30		13:30~14:20		13:30~14:20			中級レッスン タワー
13:40							13:30~14:20
13:50							
14:00							
14:10							
14:20					初級レッスン リフォーマー		
14:30			初級レッスンⅡ スパイン		14:10~15:00		
14:40	初級レッスン リフォーマー	中級レッスン リフォーマー	14:20~15:10	初級レッスン スパイン		初級レッスン スパイン	初級レッスン リフォーマー
14:50	14:40~15:30	14:40~15:30		14:40~15:30		14:40~15:30	14:40~15:30
15:00							
15:10							
15:20					初級レッスン スタート		
15:30			中級レッスン リフォーマー		15:20~16:10		
15:40			15:30~16:20	中級レッスン タワー		初級レッスン リフォーマー	中級レッスン リフォーマー
15:50	初級レッスン リング	初級レッスンⅡ リング		15:50~16:40		15:50~16:40	15:50~16:40
16:00	15:50~16:40	15:50~16:40					
16:10					初級レッスンⅡ リング		
16:20					16:30~17:20		
16:30			初級レッスン リフォーマー			コンボ スタート	初級レッスン リング
16:40			16:40~17:30			17:00~18:00 (下記をご覧ください)	17:00~17:50
16:50							
17:00							
17:10							
17:20							
17:30							
17:40					初級レッスン スパイン		
17:50					17:40~18:30		
18:00	初級レッスンⅡ スパイン	初級レッスン リング	初級レッスンⅡ リング	初級レッスン リフォーマー			
18:10	18:00~18:50	18:00~18:50	18:00~18:50	18:00~18:50		中級レッスン スタート	
18:20						18:20~19:10	
18:30							
18:40							
18:50							
19:00					体験レッスン (会員様も受講可)		
19:10	初級レッスン リフォーマー	中級レッスン タワー	中級レッスン スタート	初級レッスンⅡ スパイン	18:50~20:10		
19:20	19:10~20:00	19:10~20:00	19:10~20:00	19:10~20:00			
19:30							
19:40							
19:50							
20:00							
20:10							
20:20	初級レッスン スタート	初級レッスン スパイン	初級レッスン リング	コンボ スタート	中級レッスン リフォーマー		
20:30	20:20~21:10	20:20~21:10	20:20~21:10	20:20~21:20 (下記をご覧ください)	20:30~21:20		
20:40							
20:50							
21:00							
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：メンバーズカード2枚目以降（31回目～）のお客様 】				

