

円山店 → 大通店を始めてご利用のお客様は、初回に加圧設定がございます。10分程早めにご来店をお願い致します。

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

★Lesson Level	体験レッスン → 会員様もご受講可能					
	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 】					