

円山店 ⇨ 大通店を初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 スパイン 9:30~10:20	初級レッスン リングⅡ 9:30~10:20	中級レッスン リフォーマー 9:30~10:20	初級レッスン リング 9:30~10:20	初級レッスン スタート 9:30~10:20	中級レッスン スタート 9:30~10:20	初級レッスン スパインⅡ 9:30~10:20				
9:50											
10:00											
10:10											
10:20											
10:30											
10:40											
10:50	体験レッスン (会員様も受講可) 10:50~12:10	コンボ 10:40~11:30	初級レッスン リング 10:40~11:30	初級レッスン リフォーマー 10:40~11:30	中級レッスン タワー 10:40~11:30	初級レッスン スパイン 10:40~11:30	初級レッスン リングⅡ 10:40~11:30				
11:00											
11:10											
11:20											
11:30											
11:40											
11:50											
12:00		初級レッスン スパイン 11:50~12:40	中級レッスン タワー 11:50~12:40	初級レッスン スタート 11:50~12:40	中級レッスン スタート 11:50~12:40	中級レッスン リフォーマー 11:50~12:40	体験レッスン (会員様も受講可) 11:50~13:10				
12:10											
12:20											
12:30											
12:40	初級レッスン リングⅡ 12:30~13:20										
12:50											
13:00											
13:10		初級レッスン リング 13:00~13:50	初級レッスン リフォーマー 13:10~14:00	中級レッスン タワー 13:10~14:00	初級レッスン リフォーマー 13:10~14:00	初級レッスン スパインⅡ 13:00~13:50					
13:20											
13:30											
13:40											
13:50							初級レッスン リフォーマー 13:30~14:20				
14:00	初級レッスン スタート 13:50~14:40										
14:10											
14:20											
14:30		体験レッスン (会員様も受講可) 14:10~15:30	中級レッスン スタート 14:30~15:20		中級レッスン リフォーマー 14:30~15:20	初級レッスン リングⅡ 14:10~15:00					
14:40											
14:50											
15:00											
15:10							コンボ 14:40~15:30				
15:20	初級レッスン スパインⅡ 15:10~16:00										
15:30											
15:40											
15:50											
16:00		初級レッスン リフォーマー 16:00~16:50	初級レッスン スパイン 15:50~16:40		初級レッスン リングⅡ 15:50~16:40	15:20~16:40	初級レッスン スタート 15:50~16:40				
16:10											
16:20											
16:30											
16:40				初級レッスン スパインⅡ 16:30~17:20							
16:50											
17:00											
17:10											
17:20						中級レッスン タワー 17:00~17:50	中級レッスン スタート 17:00~17:50				
17:30											
17:40											
17:50											
18:00	コンボ 18:00~18:50	中級レッスン タワー 18:00~18:50	初級レッスン スタート 18:00~18:50	中級レッスン リフォーマー 17:50~18:40	初級レッスン リフォーマー 17:40~18:30						
18:10											
18:20											
18:30											
18:40					初級レッスン リング 18:10~19:00						
18:50											
19:00											
19:10											
19:20				中級レッスン スタート 19:10~20:00	体験レッスン (会員様も受講可) 18:50~20:10						
19:30	初級レッスン リフォーマー 19:20~20:10	初級レッスン スパイン 19:20~20:10	初級レッスン リングⅡ 19:20~20:10								
19:40											
19:50											
20:00											
20:10											
20:20											
20:30											
20:40	中級レッスン スタート 20:30~21:20	初級レッスン リング 20:30~21:20	中級レッスン リフォーマー 20:30~21:20	初級レッスン スパイン 20:30~21:20	初級レッスン スパインⅡ 20:30~21:20						
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 ★★★★☆	初級スパインII ★★★★☆	初級リングII ★★★★★
	中級スタート ★☆☆☆☆	中級リフォーマー ★★★☆☆	中級タワー ★★★★☆	コンボ ★★★★★	【参加対象：メンバーズカード 2枚目以降のお客様】	

※ あくまでも目安ですので難しいレッスンへのチャレンジも問題ありません！会員様も体験レッスンの参加可能です◎