

大通店 ⇨ 円山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。

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