

2024年7月

スタジオレッスンは60分、オンラインレッスンは45分 []印の数字はチケットの枚数です
 スタジオレッスンとオンラインレッスンが楽しめます 【黄色の個所】がオンラインレッスン
 ★はスタジオ&ライブ配信対応クラスです【配信レッスンはkyo先生チケット2枚・その他の先生チケット1枚】
 【ブルーグレーの個所】はプロトレーニング卒業生、トレーニング生対象クラスです

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
CLOSE	11:00 ★ベルヴィス kyo(4)	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1]	11:00 プライベート kyo	11:00 カーディオ45 アキ(3)		外部レッスン
	13:30 ★ポデイトーニング kyo(4)		13:30 ★ベルヴィス kyo(4)	外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス kyo(4)	13:15 ベルヴィス アヤコ(3)
	18:30 ベルヴィス kyo(4)	18:30 フローダンス kyo(4)	18:30 ★ベルヴィス アヤコ(3)		14:30 ★フローダンス kyo(4)	14:30 エレガンスストレッチ shinichi(5)
	19:45 ポデイトーニング45 kyo(4)	19:45 ★ベルヴィス kyo(4)	外部レッスン			
8	9	10	11	12	13	14
CLOSE	11:00 ★ベルヴィス kyo(4)	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1]	11:00 プライベート kyo	11:00 ベルヴィス&お腹 kyo(4)		外部レッスン
	13:30 ★筋膜 美脚 kyo(4)		13:30 大人の骨活 kyo	外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス リエコ(3)	13:15 ★ベルヴィス シズエ(3)
	18:30 ベルヴィス kyo(4)	18:30 フローダンス kyo(4)	18:30 ★ベルヴィス アヤコ(3)		14:30 ★フローダンス リエコ(3)	14:30 整顔 kyo(2)
	19:45 カーディオ45 kyo(4)	19:45 ★ベルヴィス kyo(4)	外部レッスン			16:30 定期研修
15	16	17	18	19	20	21
CLOSE	11:00 ★ベルヴィス kyo(4)	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1]	11:00 プライベート kyo	11:00 カーディオ45 アキ(3)		ベーシックコース③
	13:30 ★ポデイトーニング kyo(4)		13:30 ★フローダンス kyo(4)	外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス kyo(4)	
	18:30 ベルヴィス kyo(4)	18:30 フローダンス kyo(4)	18:30 ★ベルヴィス アヤコ(3)		14:30 ★フローダンス kyo(4)	
	19:45 ポデイトーニング45 kyo(4)	19:45 ★ベルヴィス kyo(4)	外部レッスン			
22	23	24	25	26	27	28
ベーシックコース④	11:00 ★ベルヴィス kyo(4)	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1]	11:00 プライベート kyo	11:00 ベルヴィス&お腹 kyo(4)		外部レッスン
	13:30 ★整顔 kyo(4)		13:30 大人の骨活 kyo	外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス リエコ(3)	13:15 ★ベルヴィス シズエ(3)
	18:30 ベルヴィス kyo(4)	18:30 フローダンス kyo(4)	18:30 ★ベルヴィス アヤコ(3)		14:30 ★フローダンス リエコ(3)	14:30 ウォーキング kyo(4)
	19:45 カーディオ45 kyo(4)	19:45 ★ベルヴィス kyo(4)	外部レッスン			
29	30	31	受付はレッスン開始30分前です。 🐼🐼🐼 SUMMER スケジュール 🐼🐼🐼 猛暑のため、LIVE配信増加!!! スタジオは涼しくお待ちしております 配信レッスンはkyo先生チケット2枚・その他の先生チケット1枚			
CLOSE	11:00 ★ベルヴィス kyo(4)	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1]				
	13:30 ★ポデイトーニング kyo(4)					
	18:30 ベルヴィス kyo(4)	18:30 フローダンス kyo(4)				
	19:45 ポデイトーニング45 kyo(4)	19:45 ★ベルヴィス kyo(4)				

2024年8月

スタジオレッスンは60分、オンラインレッスンは45分 []印の数字はチケットの枚数です
 スタジオレッスンとオンラインレッスンが楽しめます 【黄色の個所】がオンラインレッスン
 ★はスタジオ&ライブ配信対応クラスです【配信レッスンはkyo先生チケット2枚・その他の先生チケット1枚】
 【ブルーグレーの個所】はプロトレーニング卒業生、トレーニング生対象クラスです

月	火	水	木	金	土	日
🌻🌻🌻 夏季休業 🌻🌻🌻 8/12(月)-15(木) 8/16(金)から通常営業です ★★★ 隔週金曜日 NEWレッスン ★★★ 「フローダンス45」新設 45分レッスン			1 11:00 プライベート kyo 13:30 ★ベルヴィス kyo[4] 18:30 ★ベルヴィス アヤコ[3] 外部レッスン	2 11:00 カーディオ45 アキ[3] 外部レッスン	3 13:15 ★ベルヴィス kyo[4] 14:30 ★フローダンス kyo[4]	4 外部レッスン 13:15 ベルヴィス アヤコ[3] 14:30 ★整顔 アヤコ[3]
5 CLOSE	6 11:00 ★ベルヴィス kyo[4] 13:30 ★筋膜 美脚 kyo[4] 18:30 ベルヴィス kyo[4] 19:45 カーディオ45 kyo[4]	7 10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フローダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	8 11:00 プライベート kyo 13:30 大人の骨活 kyo 18:30 ★ベルヴィス アヤコ[3] 外部レッスン	9 NEW 11:00 ★フローダンス45 kyo[4] 外部レッスン	10 13:15 ★ベルヴィス リエコ[3] 14:30 ★フローダンス リエコ[3]	11 外部レッスン 12:00 フローダンス シズエ[3] 13:15 ★ベルヴィス シズエ[3] 14:30 ポデイトーニング kyo[2] 16:30 定期研修
12 CLOSE	13 CLOSE	14 CLOSE	15 CLOSE	16 11:00 カーディオ45 アキ[3] 外部レッスン	17 13:15 ★ベルヴィス kyo[4] 14:30 ★フローダンス kyo[4]	18 外部レッスン 13:15 フローダンス ユウ[3] 14:30 ★ベルヴィス アヤコ[3]
19 CLOSE	20 11:00 ★ベルヴィス kyo[4] 13:30 ★ポデイトーニング kyo[4] 18:30 ベルヴィス kyo[4] 19:45 カーディオ45 kyo[4]	21 10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フローダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	22 11:00 プライベート kyo 13:30 大人の骨活 kyo 18:30 ★ベルヴィス アヤコ[3] 外部レッスン	23 NEW 11:00 ★フローダンス45 kyo[4] 外部レッスン	24 13:15 ★ベルヴィス リエコ[3] 14:30 ★フローダンス リエコ[3]	25 外部レッスン 12:00 フローダンス シズエ[3] 13:15 ★ベルヴィス シズエ[3] 14:30 ウォーキング kyo[4]
26 13:30 フローダンス研修	27 11:00 ★ベルヴィス kyo[4] 13:30 ★整顔 kyo[4] 18:30 ベルヴィス kyo[4] 19:45 ポデイトーニング45 kyo[4]	28 10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フローダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	29 11:00 プライベート kyo 13:30 ★ベルヴィス kyo[4] 18:30 ★ベルヴィス アヤコ[3] 外部レッスン	30 11:00 カーディオ45 アキ[3] 外部レッスン	31 13:15 ★ベルヴィス kyo[4] 14:30 ★フローダンス kyo[4]	