

	月	火	水	木	金	土	日	
7:00	営業開始 7:00	営業開始 7:00	営業開始 7:00	営業開始 7:00	営業開始 7:00	営業開始 7:00	営業開始 7:00	7:00
7:30	[定員16名] AntiGravity® Restorative Yoga Class Design2 7:20~8:20 Kai	[定員12名] イントリニティ 7:30~8:15 Karin		[定員12名] TOTAL ADVANCE #3 7:30~8:15 Sakie	[定員22名] Gaze ~美脚~ 7:30~8:15 Karin	[定員16名] AntiGravity® Restorative Yoga Class Design 1 7:15~8:15 Kai	[定員18名/22名] Vivi step/ infinity flow 7:15~8:00 Hinata/Yuriko ※日によって異なります	7:30
8:00								8:00
8:30	[定員13名] AntiGravity® AIRbarre 8:50~9:40 Kai ※日によって異なります	[定員22名] Hip&legs #2 9:00~9:45 Karin	[定員12名] イントリニティ 9:05~9:50 Yuriko	[定員13名] AntiGravity® Fundamentals 奇数日:3/偶数日:2 9:00~10:00 Sakie	[定員12名] イントリニティ 9:00~10:00 Karin	[定員13名] AntiGravity® Fundamentals 1/2/3 8:45~9:45 kai ※日によって異なります	ミライクジュニア 8:30~9:30	8:30
9:00								9:00
9:30								9:30
10:00	[定員12名] TOTAL BASIC 10:15~11:00 Kai/Karin ※日によって異なります	[定員12名] TOTAL BASIC 10:10~10:55 Yuriko	ベビミライク 10:30~11:15	[定員19名] TOBIPPA 10:35~11:05 Sakie	[定員22名] infinity flow 10:30~11:15 Mika	[定員12名] TOTAL BASIC#3 10:15~11:00 Kai	ミライクキッズ 9:30~10:30	10:00
10:30								10:30
11:00								11:00
11:30	[定員18名] Core bloom 11:30~12:15 Yurika ※日によって異なります	[定員13名] AntiGravity® Fundamentals1 11:30~12:30 Yurika	[定員18名] Vivi step 11:45~12:30 Hinata	[定員21名] ボールコンディショニング 11:35~12:15 Yuriko	[定員12名] TOTAL BASIC#2 11:55~12:40 Mika	[定員12名] Back&Arms 11:25~12:10 Mayumi	[定員18名] Vivi step 11:45~12:30 Hinata	11:30
12:00								12:00
12:30	[定員18名] Vivi step 12:45~13:30 Sakie	[定員13名] AntiGravity® Fundamentals 奇数日:2/偶数日:3 13:00~14:00 Sakie	[定員21名] ボールコンディショニング 13:00~13:30 Yuriko	[定員22名] infinity flow 12:45~13:30 Yuriko	[定員12名] TOTAL ADVANCE#2 13:10~13:55 Mika	[定員13名] AntiGravity® Suspension 12:40~13:30 Hana ※日によって異なります	[定員22名/21名] Gaze肩甲骨美人/ infinity flow 13:00~13:45 キャスト ※日によって異なります	12:30
13:00								13:00
13:30								13:30
14:00	[定員12名] TOTAL ADVANCE #3 14:10~14:55 Sakie	[定員12名] Lower body #2 14:30~15:15 Sakie	[定員13名] AntiGravity® Aerial Yoga 14:00~15:00 Mayumi ※日によって異なります	[定員16名] AntiGravity® Restorative Yoga Class Design 1 14:00~15:00 Yurika	[定員12名] イントリニティ 14:30~15:15 Haruka	[定員16名] AntiGravity® Restorative Yoga Class Design 2 14:00~15:00 Hana	[定員22名] ボールコンディショニング 14:20~15:10 Shiori	14:00
14:30								14:30
15:00								15:00
15:30								15:30
16:00								16:00
16:30								16:30
17:00								17:00
17:30								17:30
18:00	[定員12名] Lower body #2 18:00~18:45 Yuko	[定員12名] TOTAL BASIC 18:00~18:45 Mayumi	[定員13名] AntiGravity® Aerial Yoga 18:00~19:00 Mayumi ※日によって異なります	[定員22名] Gaze ~美脚~ 18:20~19:05 Karin	[定員19名] VOLTJUMP 18:30~19:00 Kaho	[定員18名] Vivi step/ infinity flow 18:00~18:45 Mayumi	[定員12名] Lower body #2 17:50~18:35 Shiori	18:00
18:30								18:30
19:00	[定員13名] AntiGravity® Fundamentals1 19:20~20:20 Yuko	[定員19名] VOLTJUMP 19:20~20:05 Mayumi	[定員18名/22名] Core bloom /infinity flow 19:30~20:15 Mayumi ※日によって異なります	[定員12名] Back&Arms 19:30~20:15 Hinata	[定員18名] Vivi step 19:30~20:15 Kaho			19:00
19:30								19:30
20:00								20:00
20:30	[定員13名/16名] AntiGravity® 奇数日:FUN3 /偶数日:Rest1 20:40~21:40 Yuko ※日によって異なります	[定員12名] イントリニティ 20:45~21:30 Mayumi	[定員12名] Hip&legs #2 20:45~21:30 Haruka	[定員13名] AntiGravity® Fundamentals2 20:45~21:45 Hinata	[定員13名] AntiGravity® Fundamentals1 20:45~21:45 Kaho	営業終了 19:00	営業終了 19:00	20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
22:00	営業終了 22:00	営業終了 22:00	営業終了 22:00	営業終了 22:00	営業終了 22:00	営業終了 22:00	営業終了 22:00	22:00

⚠...参加条件があるクラスです。 👣...シューズが必要なクラスです。 🧦...滑り止め付きつ下が必要なクラスです

(営業時間) 月曜~金曜 7:00~22:00 土曜・日曜・祝日 7:00~19:00
 (受付時間) 月曜~金曜 11:00~20:00 土曜・日曜・祝日 9:30~17:30
 定休日/毎月5日、15日、25日、月末最終日(夏季・年末年始・法廷設備点検定休あり)

21日先の同時刻に終了しているレッスンまでご予約いただけます