



	月曜			火曜		水曜			木曜			金曜	土曜			日曜					
	北館		南館	北館		北館		南館	北館		南館	南館	北館		南館	北館		南館			
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ			
8:00	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 9:00	営業開始 9:00	営業開始 10:00			営業開始 8:00			
8:30			営業開始 9:00	【定員58名】 背骨コンディショニング30 8:25-8:55 志田 香織			営業開始 9:00					営業開始 9:00			営業開始 9:00	営業開始 10:00	営業開始 10:00		営業開始 10:00	営業開始 10:00	
9:00				【定員58名】 健康30 9:15-9:45 志田 香織																	【定員30名】 エンジョイエアロ45 9:30-10:15 尾崎 全子
9:30	【定員58名】 ボディデザインピラティス30 9:50-10:20 磯崎 晃代	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 9:55-10:25 滝美 晴子	【定員30名】 入門太極拳30 9:30-10:00 増岡 美奈江	【定員58名】 ボディメイクエアロ30 10:00-10:30 MIRAY	【定員50名】 Be FREE DANCE 30 10:00-10:30 辻 真由美	【定員30名】 エンジョイエアロ45 9:30-10:15 尾崎 全子	【定員50名】 エンジョイエアロ30 9:50-10:20 松原 恵子	【定員30名】 ZUMBA(30分クラス) 9:50-10:20 sekiue	【定員30名】 9:30-10:00 健康30 磯崎 晃代	REBORNSスクール 10:30-11:30	REBORNSスクール 10:30-11:30	REBORNSスクール 10:30-11:30	REBORNSスクール 10:30-11:30	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	○キッズスクール ミライク 9:00-10:00						
10:00	【定員50名】 6/5(土)エアロ30 10:40-11:10 西村 知里	【定員24名】 ボディメイクエアロ30 10:40-11:10 磯崎 晃代	【定員30名】 太極拳30 10:20-10:50 増岡 美奈江	【定員37名】 ボディメイクエアロ30 10:50-11:20 MIRAY	【定員50名】 Be FREE DANCE 30 10:00-10:30 辻 真由美	【定員50名】 エンジョイエアロ30 10:40-11:10 城谷 崇仁	【定員30名】 ZUMBA(30分クラス) 9:50-10:20 sekiue	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 10:40-11:10 城谷 崇仁	【定員30名】 9:30-10:00 健康30 磯崎 晃代							○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	○キッズスクール ミライク 9:00-10:00
10:30	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	REBORNSスクール 11:30-12:30	【定員30名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里												
11:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子		【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	○キッズスクール ミライク 9:00-10:00						
11:30	【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広美	【定員37名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 嵐月 ちひろ	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里							○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	○キッズスクール ミライク 9:00-10:00
12:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00												
12:30	【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広美	【定員37名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 嵐月 ちひろ	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里		【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00						
13:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里		○キッズスクール ミライク 10:00-11:00						○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	○キッズスクール ミライク 9:00-10:00	
13:30	【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広美	【定員37名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 嵐月 ちひろ	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里												○キッズスクール ミライク 10:00-11:00
14:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00		○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	○キッズスクール ミライク 9:00-10:00						
14:30	【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広美	【定員37名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 嵐月 ちひろ	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里		【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里						○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	
15:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里		○キッズスクール ミライク 10:00-11:00											○キッズスクール ミライク 10:00-11:00
15:30	【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広美	【定員37名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 嵐月 ちひろ	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里		○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00						
16:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00							○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	○キッズスクール ミライク 9:00-10:00	
16:30	【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広美	【定員37名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 嵐月 ちひろ	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里		【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里											○キッズスクール ミライク 10:00-11:00
17:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里		○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	○キッズスクール ミライク 9:00-10:00						
17:30	【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広美	【定員37名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 嵐月 ちひろ	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里							○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	
18:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00												○キッズスクール ミライク 10:00-11:00
18:30	【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広美	【定員37名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 嵐月 ちひろ	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里		【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00						
19:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里		○キッズスクール ミライク 10:00-11:00						○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 10:00-11:00	○キッズスクール ミライク 8:00-9:00	○キッズスクール ミライク 9:00-10:00	
19:30	【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広美	【定員37名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 嵐月 ちひろ	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルSTAGE 〜HIP HOP〜45 11:30-12:15 SAKURA	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:15-11:45 萩原 由香里	【定員30名】 11:15-11:45 萩原 由香里												○キッズスクール ミライク 10:00-11:00
20:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	【定員28名】 パレエーバーレース〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 11:50-12:20 中村 まさみ	【定員30名】 エンジョイエアロ30 11:30-12:00 城谷 崇仁	【定員30名】 フリースタイルST															

・全クラス定員制となっております。WEB予約にてご参加ください。
・レッスン間においては換気・除菌・清掃の実施を徹底いたします。

※プール・短期スクール（有料）プログラムのご案内
プールプログラム、短期スクール（有料登録制）プログラムに関しては、別紙のプログラムをご確認いただきますようお願いいたします。

・全レッスンWEB予約制です。スタジオ予約システムにて事前にご登録の上、ご参加ください。
※一部有料レッスン・体験レッスンは除く
・レッスン予約公開期間は、21日先の同時刻に終了するレッスンまでとなります。
・同時予約可能枠数は、ご登録の会員種別によって異なります。
・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前までです。
・予約の変更（場所の変更・キャンセル）は、レッスン開始30分前までです。
・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。
・スタジオへの入場は、ごさいません。開始時刻までにご入場ください。
・急な休講・変更の場合がございます。
その際は、レッスンにご予約されている皆様へ、スタジオ予約システムにて登録いただいているアドレスへメールにてお知らせいたします。
・スタジオ予約システムのご利用ができない方の予約方法や、その他ご不明な点がございましたらキャストまでお尋ねください。

■ 体験レッスンについて
・WEB予約は不要です。レッスン開始前までにスタジオにお越しください。
・参加は先着順となります。
■ 初めての方も安心してご参加できるレッスンです。
■ 変更レッスン
■ ビギナーレッスンは入会して1年未満の方が対象 入会月の翌年の月末まで参加可能