【11月1日~11月2日】

						1日	2日
レッスン時間	月	火	水	木	金	±	日
9 : 00 ~ 10 : 00	ビギナー		ヒップウエスト	ベーシック	ストレッチ	ビギナー	バレエピラティス
10 . 00	Yuuko		Yuuko	Yuuko	Yuuko	Kaede	Мое
10 : 30 ~ 11 : 30						ベーシック	
11.00						Kaede	
13 : 00 ~ 14 : 00	ベーシック		ストレッチ	ビギナー	ヒップウエスト	ヒップウエスト	ベーシック
	Yuuko		Eri	Yuuko	Yuuko	Kaede	Mihana
14 : 30~ 15 : 30							ヒップウエスト
10 . 00		close					Mihana
16 : 00~ 17 : 00		Close					ビギナー
17 . 00							Mihana
17 : 30 ~ 18 : 30							ストレッチ
10 . 30							Mihana
19 : 00 ~ 20 : 00	ヒップウエスト		ベーシック	バレエピラティス			
20 . 00	Kaede		Kaede	Мое			
20 : 30~ 21 : 30							

【11月3日~11月9日】

【11月3日~11月9日】									
	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日		
レッスン時間	月	火	水	木	金	土	日		
9 : 00 ~ 10 : 00	ヒップウエスト		ビギナー	ストレッチ	ビギナー	ベーシック	バレエピラティス		
	Mihana		Kae	Yuuko	Yuuko	Mihana	Мое		
10 : 30 ~ 11 : 30	ビギナー		ベーシック	ベーシック	ストレッチ	ヒップウエスト			
	Mihana		Kae	Yuuko	Yuuko	Mihana			
13 : 00 ~ 14 : 00	ベーシック		ビギナー	ヒップウエスト	ベーシック	ビギナー	ストレッチ		
	Mihana		Kae	Yuuko	Yuuko	Mihana	Mihana		
14 : 30 ~ 15 : 30	ストレッチ		ベーシック	ビギナー	ヒップウエスト		ベーシック		
	Mihana	close	Kae	Yuuko	Yuuko		Mihana		
16 : 00 ~ 17 : 00		Close	ビギナー		ビギナー		ヒップウエスト		
			Kaede		Yuuko		Mihana		
17 : 30 ~ 18 : 30	ヒップウエスト		ベーシック		ビギナー		ビギナー		
	Kaede		Kaede		Chinami		Mihana		
19 : 00 ~ 20 : 00	ビギナー		ビギナー 暗闇クラス	バレエピラティス	ベーシック				
	Kaede		Kaede	Мое	Chinami				
20 : 30 ~ 21 : 30	ストレッチ 暗闇クラス		ヒップウエスト	バレエピラティス	ストレッチ 暗闇クラス				
	Kaede		Kaede	Мое	Chinami				

【11月10日~11月16日】

	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
レッスン時間	月	火	水	木	金	土	日
9 : 00 ~ 10 : 00	ビギナー		ヒップウエスト	ベーシック	ストレッチ	ビギナー	バレエピラティス
	Yuuko		Yuuko	Yuuko	Yuuko	Kaede	Moe
10 : 30 ~ 11 : 30	ストレッチ		ビギナー	ヒップウエスト	ベーシック	ベーシック	
	Yuuko		Yuuko	Yuuko	Yuuko	Kaede	
13 : 00 ~ 14 : 00	ベーシック		ストレッチ	ビギナー	ヒップウエスト	ヒップウエスト	ベーシック
	Yuuko		Yuuko	Yuuko	Yuuko	Kaede	Mihana
14 : 30~ 15 : 30	ヒップウエスト		ベーシック	ストレッチ	ビギナー		ヒップウエスト
	Yuuko	close	Yuuko	Yuuko	Yuuko		Mihana
16 : 00 ~ 17 : 00		Close	ビギナー		ビギナー		ビギナー
			Kaede		Yuuko		Mihana
17 : 30 ~ 18 : 30	ビギナー		ヒップウエスト		ビギナー		ストレッチ
	Kaede		Kaede		Chinami		Mihana
19 : 00 ~ 20 : 00	ヒップウエスト		ベーシック	バレエピラティス	ベーシック		
	Kaede		Kaede	Moe	Chinami		
20 : 30 ~ 21 : 30	ビギナー 暗闇クラス		ビギナー 暗闇クラス	バレエピラティス	ストレッチ 暗闇クラス		
21.00	Kaede		Kaede	Moe	Chinami		

【11月17日~11月23日】

III AII DIST	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
レッスン時間	月	火	水	木	金	土	日
9 : 00 ~ 10 : 00	ヒップウエスト		ビギナー	ストレッチ	ビギナー	ベーシック	バレエピラティス
	Yuuko		Kae	Yuuko	Yuuko	Kaede	Moe
10 : 30 ~ 11 : 30	ビギナー		ベーシック	ベーシック	ストレッチ	ヒップウエスト	
	Yuuko		Kae	Yuuko	Yuuko	Kaede	
13 : 00 ~ 14 : 00	ベーシック		ビギナー	ヒップウエスト	ベーシック	ビギナー	ストレッチ
	Yuuko		Kae	Yuuko	Yuuko	Kaede	Mihana
14 : 30~ 15 : 30	ストレッチ		ベーシック	ビギナー	ヒップウエスト		ベーシック
	Yuuko	close	Kae	Yuuko	Yuuko		Mihana
16 : 00 ~ 17 : 00		Close	ビギナー		ビギナー		ヒップウエスト
			Kaede		Yuuko		Mihana
17 : 30 ~ 18 : 30	ヒップウエスト		ベーシック		ビギナー		ビギナー
	Kaede		Kaede		Chinami		Mihana
19 : 00 ~ 20 : 00	ビギナー		ビギナー 暗闇クラス	バレエピラティス	ベーシック		
	Kaede		Kaede	Мое	Chinami		
20 : 30 ~ 21 : 30	ストレッチ 暗闇クラス		ヒップウエスト	バレエピラティス	ストレッチ 暗闇クラス		
	Kaede		Kaede	Мое	Chinami		

2025年11月

【11月24日~11月30日】

TITAZ4LI**I	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
レッスン時間	月	火	水	木	金	±	B
9 : 00 ~ 10 : 00	ビギナー		ヒップウエスト	ベーシック	ビギナー	ビギナー	バレエピラティス
	Yuuko		Yuuko	Yuuko	Kae	Mihana	Moe
10 : 30 ~ 11 : 30	ストレッチ		ビギナー	ヒップウエスト	ベーシック	ベーシック	
	Yuuko		Yuuko	Yuuko	Kae	Mihana	
13 : 00 ~ 14 : 00	ベーシック		ストレッチ	ビギナー	ビギナー	ヒップウエスト	ベーシック
	Yuuko		Yuuko	Yuuko	Kae	Mihana	Mihana
14 : 30 ~ 15 : 30	ヒップウエスト		ベーシック	ストレッチ	ベーシック		ヒップウエスト
	Yuuko	close	Yuuko	Yuuko	Kae		Mihana
16 : 00 ~ 17 : 00		Close	ビギナー		ビギナー		ビギナー
			Kaede		Kae		Mihana
17 : 30 ~ 18 : 30	ビギナー		ヒップウエスト		ビギナー		ストレッチ
	Kaede		Kaede		Chinami		Mihana
19 : 00 ~ 20 : 00	ヒップウエスト		ベーシック	バレエピラティス	ベーシック		
	Kaede		Kaede	Moe	Chinami		
20 : 30~ 21 : 30	ビギナー 暗闇クラス Kaede		ビギナー 暗闇クラス Kaede	バレエピラティス Moe	ストレッチ 暗闇クラス Chinami		