

【11月1日～11月2日】

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

【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 Mihana	close	ビギナー Kae	ストレッチ Yuuko	ビギナー Yuuko	ベーシック Mihana	バレエピラティス Moe
10 : 30～ 11 : 30	ビギナー Mihana		ベーシック Kae	ベーシック Yuuko	ストレッチ Yuuko	ヒップウエスト Mihana	
13 : 00～ 14 : 00	ベーシック Mihana		ビギナー Kae	ヒップウエスト Yuuko	ベーシック Yuuko	ビギナー Mihana	ストレッチ Mihana
14 : 30～ 15 : 30	ストレッチ Mihana		ベーシック Kae	ビギナー Yuuko	ヒップウエスト Yuuko		ベーシック Mihana
16 : 00～ 17 : 00			ビギナー Kaede		ビギナー Yuuko		ヒップウエスト Mihana
17 : 30～ 18 : 30	ヒップウエスト Kaede		ベーシック Kaede		ビギナー Chinami		ビギナー Mihana
19 : 00～ 20 : 00	ビギナー Kaede		ビギナー 暗闇クラス Kaede	バレエピラティス Moe	ベーシック Chinami		
20 : 30～ 21 : 30	ストレッチ 暗闇クラス Kaede		ヒップウエスト Kaede	バレエピラティス Moe	ストレッチ 暗闇クラス 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 Yuuko	close	ヒップウエスト Yuuko	ベーシック Yuuko	ストレッチ Yuuko	ビギナー Kaede	バレエピラティス Moe
10 : 30～ 11 : 30	ストレッチ Yuuko		ビギナー Yuuko	ヒップウエスト Yuuko	ベーシック Yuuko	ベーシック Kaede	
13 : 00～ 14 : 00	ベーシック Yuuko		ストレッチ Yuuko	ビギナー Yuuko	ヒップウエスト Yuuko	ヒップウエスト Kaede	ベーシック Mihana
14 : 30～ 15 : 30	ヒップウエスト Yuuko		ベーシック Yuuko	ストレッチ Yuuko	ビギナー Yuuko		ヒップウエスト Mihana
16 : 00～ 17 : 00			ビギナー Kaede		ビギナー Yuuko		ビギナー Mihana
17 : 30～ 18 : 30	ビギナー Kaede		ヒップウエスト Kaede		ビギナー Chinami		ストレッチ Mihana
19 : 00～ 20 : 00	ヒップウエスト Kaede		ベーシック Kaede	バレエピラティス Moe	ベーシック 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		

【11月17日～11月23日】

	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 Yuuko	close	ビギナー Kae	ストレッチ Yuuko	ビギナー Yuuko	ベーシック Kaede	バレエピラティス Moe
10 : 30～ 11 : 30	ビギナー Yuuko		ベーシック Kae	ベーシック Yuuko	ストレッチ Yuuko	ヒップウエスト Kaede	
13 : 00～ 14 : 00	ベーシック Yuuko		ビギナー Kae	ヒップウエスト Yuuko	ベーシック Yuuko	ビギナー Kaede	ストレッチ Mihana
14 : 30～ 15 : 30	ストレッチ Yuuko		ベーシック Kae	ビギナー Yuuko	ヒップウエスト Yuuko		ベーシック Mihana
16 : 00～ 17 : 00			ビギナー Kaede		ビギナー Yuuko		ヒップウエスト Mihana
17 : 30～ 18 : 30	ヒップウエスト Kaede		ベーシック Kaede		ビギナー Chinami		ビギナー Mihana
19 : 00～ 20 : 00	ビギナー Kaede		ビギナー 暗闇クラス Kaede	バレエピラティス Moe	ベーシック Chinami		
20 : 30～ 21 : 30	ストレッチ 暗闇クラス Kaede		ヒップウエスト Kaede	バレエピラティス Moe	ストレッチ 暗闇クラス Chinami		

【11月24日～11月30日】

	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	土	日
9 : 00～ 10 : 00	ビギナー Yuuko	close	ヒップウエスト Yuuko	ベーシック Yuuko	ビギナー Kae	ビギナー Mihana	バレエピラティス Moe
10 : 30～ 11 : 30	ストレッチ Yuuko		ビギナー Yuuko	ヒップウエスト Yuuko	ベーシック Kae	ベーシック Mihana	
13 : 00～ 14 : 00	ベーシック Yuuko		ストレッチ Yuuko	ビギナー Yuuko	ビギナー Kae	ヒップウエスト Mihana	ベーシック Mihana
14 : 30～ 15 : 30	ヒップウエスト Yuuko		ベーシック Yuuko	ストレッチ Yuuko	ベーシック Kae		ヒップウエスト Mihana
16 : 00～ 17 : 00			ビギナー Kaede		ビギナー Kae		ビギナー Mihana
17 : 30～ 18 : 30	ビギナー Kaede		ヒップウエスト Kaede		ビギナー Chinami		ストレッチ Mihana
19 : 00～ 20 : 00	ヒップウエスト Kaede		ベーシック Kaede	バレエピラティス Moe	ベーシック 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		