

# 2021年2月

スタジオレッスンは60分、オンラインレッスンは45分  
 スタジオレッスンとオンラインレッスンが楽しめます【オレンジの個所】がオンラインレッスン  
 [ ]印の数字は新チケットの枚数です



★はスタジオレッスン&LIVE配信をします。ご都合に合わせて選べます！〔配信はチケット1枚〕

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
10:00			Mビューティ キョウコ〔1〕				
11:00		ペルヴィス kyo〔4〕		ペルヴィス kyo〔4〕	筋膜フェイス ミイ〔1〕	12:00 フローダンス ミワ〔2〕	
13:30	CLOSE	ペルヴィス マサコ〔1〕	ペルヴィス ヨウ〔1〕	筋膜くびれ kyo〔4〕	ペルヴィス ミワ〔1〕	13:30 ペルヴィス リエコ〔2〕	ペルヴィス アヤコ〔2〕
14:45						14:45 フローダンス リエコ〔2〕	筋膜ヒップ&レッグス アヤコ〔2〕
18:45		ペルヴィス kyo〔2〕	★フローダンス kyo〔4〕	ペルヴィス アヤコ〔2〕		18:45	フロー定期研修
20:00		Nビューティ kyo〔2〕	★ペルヴィス kyo〔4〕	Nビューティ アヤコ〔1〕		20:00	
	8	9	10	11	12	13	14
10:00		Mビューティ カオ〔1〕	Mビューティ キョウコ〔1〕				
11:00		ペルヴィス kyo〔4〕			ペルヴィス ミイ〔1〕	12:00	フローダンス シズエ〔2〕
13:30	CLOSE	ペルヴィス マサコ〔1〕	筋膜ヒップ&レッグス ヨウ〔1〕	筋膜フェイス kyo〔2〕	筋膜ヒップ&レッグス カオ〔2〕	13:30 ペルヴィス kyo〔2〕	★ペルヴィス アヤコ〔2〕
14:45				★フローダンス kyo〔4〕		14:45 フローダンス kyo〔2〕	★筋膜くびれ アヤコ〔2〕
18:45		ポデイトニング kyo〔4〕	★フローダンス kyo〔4〕			18:00	
20:00		Nビューティ ミイ〔1〕	★ペルヴィス kyo〔4〕				
	15	16	17	18	19	20	21
10:00			Mビューティ キョウコ〔1〕				
11:00		ペルヴィス kyo〔4〕		筋膜ヒップ&レッグス kyo〔2〕	ペルヴィス ミイ〔1〕	12:00	フローダンス ミワ〔2〕
13:30	CLOSE	ペルヴィス ユキ〔1〕	フローダンス ヨウ〔2〕	ペルヴィス kyo〔2〕	フローダンス ミワ〔1〕	13:30	ペルヴィス リエコ〔2〕
14:45	定期研修					14:45	フローダンス リエコ〔2〕
18:45		ペルヴィス kyo〔4〕	★フローダンス kyo〔4〕	ペルヴィス アヤコ〔2〕		18:45	筋膜フェイス アヤコ〔1〕
20:00		Nビューティ kyo〔2〕	★ペルヴィス kyo〔4〕	Nビューティ アヤコ〔1〕		20:00	ペルヴィス アヤコ〔1〕
	22	23	24	25	26	27	28
10:00		Mビューティ カオ〔1〕		オンライン		オンライン	
11:00			筋膜くびれ キョウコ〔2〕	トレーニングコース	ペルヴィス ミイ〔1〕	トレーニングコース	フローダンス シズエ〔2〕
13:30	CLOSE	★ペルヴィス kyo〔4〕	ペルヴィス ヨウ〔1〕	フローダンス kyo〔4〕	ペルヴィス ミワ〔2〕	13:30	ペルヴィス kyo〔4〕
14:45		★カーディオアクション kyo〔4〕				14:45	ウォーキング kyo〔4〕
18:45			★フローダンス kyo〔4〕	ペルヴィス アヤコ〔2〕		18:45	
20:00			★ペルヴィス kyo〔4〕	Nビューティ アヤコ〔1〕		20:00	

# 2021年3月

スタジオレッスンは60分、オンラインレッスンは45分

スタジオレッスンとオンラインレッスンが楽しめます【オレンジの個所】がオンラインレッスン

〔 〕印の数字は新チケットの枚数です

★はスタジオレッスン&LIVE配信です。ご都合にあわせて選べるレッスンです！〔配信レッスンは1チケット〕



	月	火	水	木	金		土	日
	1	2	3	4	5		6	7
10:00			Mビューティ キョウコ〔1〕					
11:00		★ペルヴィス kyo〔4〕		ペルヴィス カオ〔2〕	筋膜フェイス ミイ〔1〕	12:00	フローダンス ミワ〔2〕	
13:30	CLOSE	ペルヴィス マサコ〔1〕	ペルヴィス ヨウ〔1〕	筋膜くびれ kyo〔4〕	★ペルヴィス ミワ〔2〕	13:30	ペルヴィス リエコ〔2〕	★ペルヴィス アヤコ〔2〕
14:45						14:45	フローダンス リエコ〔2〕	エレガンスストレッチ shinichi〔5〕
18:45		ポデイトーニング kyo〔4〕	★フローダンス kyo〔4〕	ペルヴィス アヤコ〔2〕		18:45		
20:00		Nビューティ kyo〔2〕	★ペルヴィス kyo〔4〕	Nビューティ アヤコ〔1〕		20:00		
	8	9	10	11	12		13	14
10:00		Mビューティ カオ〔1〕	筋膜フェイス キョウコ〔1〕	オンライン			オンライン	
11:00		★ペルヴィス kyo〔4〕		トレーニングコース	ペルヴィス ミイ〔1〕	12:00	トレーニングコース	フローダンス シズエ〔2〕
13:30	CLOSE	ペルヴィス マサコ〔1〕	筋膜くびれ ヨウ〔1〕	フローダンス kyo〔4〕	★筋膜ヒップ&レッグス ミワ〔2〕	13:30	ペルヴィス ミイ〔2〕	★ペルヴィス アヤコ〔2〕
14:45						14:45	フローダンス ミイ〔2〕	★ポデイトーニング kyo〔4〕
18:45		ポデイトーニング kyo〔4〕	★フローダンス kyo〔4〕	ペルヴィス アヤコ〔2〕		18:00		
20:00		Nビューティ kyo〔2〕	★ペルヴィス kyo〔4〕	Nビューティ アヤコ〔1〕				
	15	16	17	18	19		20	21
10:00			Mビューティ キョウコ〔1〕					
11:00		★ペルヴィス kyo〔4〕		筋膜くびれ カオ〔2〕	ペルヴィス ミイ〔1〕	12:00	フローダンス ミワ〔2〕	
13:30	CLOSE	筋膜フェイス マサコ〔1〕	★フローダンス ヨウ〔2〕	ペルヴィス kyo〔4〕	★フローダンス ミワ〔2〕	13:30	ペルヴィス リエコ〔2〕	★筋膜フェイス アヤコ〔2〕
14:45						14:45	フローダンス リエコ〔2〕	★ペルヴィス kyo〔4〕
18:45		ペルヴィス ミイ〔1〕	★フローダンス kyo〔4〕	ペルヴィス アヤコ〔2〕		18:45		定期研修
20:00		Nビューティ ミイ〔1〕	★ペルヴィス kyo〔4〕	Nビューティ アヤコ〔1〕		20:00		
	22	23	24	25	26		27	28
10:00		Mビューティ カオ〔1〕		オンライン			オンライン	
11:00		★ペルヴィス kyo〔4〕	筋膜ヒップ&レッグス キョウコ〔2〕	トレーニングコース	ペルヴィス ミイ〔1〕	12:00	トレーニングコース	フローダンス シズエ〔2〕
13:30	CLOSE	カーディオアクション マサコ〔2〕	ペルヴィス カオ〔1〕	フローダンス kyo〔4〕	★ペルヴィス ミワ〔2〕	13:30	ペルヴィス ミイ〔2〕	★ペルヴィス アヤコ〔2〕
14:45						14:45	フローダンス ミイ〔2〕	ウォーキング kyo〔4〕
18:45		ポデイトーニング kyo〔4〕	★フローダンス kyo〔4〕	ペルヴィス アヤコ〔2〕		18:45		
20:00		Nビューティ kyo〔2〕	★ペルヴィス kyo〔4〕	Nビューティ アヤコ〔1〕		20:00		
	29	30	31					
10:00			Mビューティ キョウコ〔1〕					
11:00		★ペルヴィス kyo〔4〕				12:00		
13:30	CLOSE	ペルヴィス マサコ〔1〕	ペルヴィス ヨウ〔1〕			13:30		
14:45						14:45		
18:45		ポデイトーニング kyo〔4〕	★フローダンス kyo〔4〕			18:45		
20:00		Nビューティ kyo〔2〕	★ペルヴィス kyo〔4〕			20:00		