

2024年5月

スタジオレッスンは60分、オンラインレッスンは45分〔 〕印の数字はチケットの枚数です
 スタジオレッスンとオンラインレッスンが楽しめます【黄色の個所】がオンラインレッスン
 ★はスタジオ&ライブ配信対応クラスです〔配信レッスンは1チケット〕家に居ながらレッスンを体験できます
 【ブルーグレーの個所】はプロトレーニング卒業生、トレーニング生対象クラスです

月	火	水	木	金	土	日							
受付開始はレッスン30分前です。		1	2	3	4	5							
		10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕	11:00	プライベート kyo	CLOSE	CLOSE	CLOSE					
				13:30	ベルヴィス kyo〔4〕								
		18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕								
19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン										
6	7	8	9	10	11	12							
CLOSE	11:00	ベルヴィス kyo〔4〕	10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕	11:00	プライベート kyo	11:00	ベルヴィス&お腹 kyo〔4〕			外部レッスン		
	13:30	★ボディトレーニング kyo〔4〕			13:30	大人の骨活 フローダンス kyo		外部レッスン	13:15	★ベルヴィス リエコ〔3〕	13:15	★ベルヴィス シズエ〔3〕	
	18:30	ベルヴィス kyo〔4〕	18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕			14:30	★フローダンス リエコ〔3〕	14:30	整顔 kyo〔2〕	
	19:45	ボディトレーニング45 kyo〔4〕	19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン			16:00	フローダンストレーニング			
												16:30	定期研修
13	14	15	16	17	18	19							
1DAY FESTA	11:00	★ベルヴィス kyo〔4〕	10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕	11:00	プライベート kyo	11:00	カーディオ45 アキ〔3〕					外部レッスン
	13:30	★整顔 kyo〔4〕			13:30	★フローダンス kyo〔4〕		外部レッスン	13:15	★ベルヴィス kyo〔4〕	13:15	フローダンス ヨウ〔3〕	
	18:30	ベルヴィス kyo〔4〕	18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕			14:30	★フローダンス kyo〔4〕	14:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕	
	19:45	カーディオ45 kyo〔4〕	19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン			16:00	b-i stylist WS			
20	21	22	23	24	25	26							
CLOSE	11:00	ベルヴィス kyo〔4〕	10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕	11:00	プライベート kyo	11:00	ベルヴィス&お腹 kyo〔4〕				外部レッスン	
	13:30	★ボディトレーニング kyo〔4〕			13:30	大人の骨活 フローダンス kyo		外部レッスン	13:15	★ベルヴィス リエコ〔3〕	13:15	★ベルヴィス シズエ〔3〕	
	18:30	ベルヴィス kyo〔4〕	18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕			14:30	★フローダンス リエコ〔3〕	14:30	ウォーキング kyo〔4〕	
	19:45	ボディトレーニング45 kyo〔4〕	19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン							
27	28	29	30	31	★ゴールデンウィーク休業★ 5/3(金)-5/6(月)								
	11:00	★ベルヴィス kyo〔4〕	10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕			11:00	プライベート kyo	11:00	カーディオ45 アキ〔3〕			
13:30	フローダンス研修	13:30	★筋膜 美腹 kyo〔4〕					13:30	★フローダンス kyo〔4〕		外部レッスン		
	18:30	ベルヴィス kyo〔4〕	18:30	フローダンス kyo〔4〕			18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕					
	19:45	カーディオ45 kyo〔4〕	19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン							

2024年6月

スタジオレッスンは60分、オンラインレッスンは45分 ()印の数字はチケットの枚数です
 スタジオレッスンとオンラインレッスンが楽しめます 【黄色の個所】がオンラインレッスン
 ★はスタジオ&ライブ配信対応クラスです〔配信レッスンはkyo先生チケット2枚・その他の先生チケット1枚〕
 【ブルーグレーの個所】はプロトレーニング卒業生、トレーニング生対象クラスです

月	火	水	木	金	土	日						
受付はレッスン開始30分前です。					1	2						
6月より kyo先生のライブ配信★はチケット2枚へ変更となります。							外部レッスン					
							13:15 ★ベルヴィス kyo〔4〕	13:15 ベルヴィス アヤコ〔3〕				
							14:30 ★フロードダンス kyo〔4〕	14:30 ★整顔 アヤコ〔3〕				
3 CLOSE	4		5		6		7		8		9	
	11:00	ベルヴィス kyo〔4〕	10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕	11:00	プライベート kyo	11:00	カーディオ45 アキ〔3〕			12:00	フロードダンス シズエ〔3〕
	13:30	★ボディトレーニング kyo〔4〕			13:30	ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン	13:15	★ベルヴィス リエコ〔3〕	13:15	★ベルヴィス シズエ〔3〕
	18:30	ベルヴィス kyo〔4〕	18:30	フロードダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕			14:30	★フロードダンス リエコ〔3〕	14:30	整顔 kyo〔2〕
	19:45	ボディトレーニング45 kyo〔4〕	19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン					16:30	定期研修
10	11		12		13		14		15		16	
	11:00	★ベルヴィス kyo〔4〕	10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕	11:00	プライベート kyo	11:00	ベルヴィス&お腹 kyo〔4〕				外部レッスン
	13:30	★整顔 kyo〔4〕			13:30	大人の骨活📖 kyo		外部レッスン	13:15	★ベルヴィス kyo〔4〕	13:15	フロードダンス ユウ〔3〕
	18:30	ベルヴィス kyo〔4〕	18:30	フロードダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕			14:30	★フロードダンス kyo〔4〕	14:30	エレガンスストレッチ shinichi〔5〕
	19:45	カーディオ45 kyo〔4〕	19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン						
17 CLOSE	18		19		20		21		22		23	
	11:00	ベルヴィス kyo〔4〕	10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕	11:00	プライベート kyo	11:00	カーディオ45 アキ〔3〕				外部レッスン
	13:30	★ボディトレーニング kyo〔4〕			13:30	★フロードダンス kyo〔4〕		外部レッスン	13:15	★ベルヴィス リエコ〔3〕	ベーシックコース①	
	18:30	ベルヴィス kyo〔4〕	18:30	フロードダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕			14:30	★フロードダンス リエコ〔3〕		
19:45	ボディトレーニング45 kyo〔4〕	19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン							
24 ベーシックコース②	25		26		27		28		29		30	
	11:00	★ベルヴィス kyo〔4〕	10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕	11:00	プライベート kyo	11:00	ベルヴィス&お腹 kyo〔4〕				外部レッスン
	13:30	★筋膜 美腹 kyo〔4〕			13:30	大人の骨活📖 kyo		外部レッスン	13:15	★ベルヴィス kyo〔4〕	13:15	ベルヴィス アヤコ〔3〕
	18:30	ベルヴィス kyo〔4〕	18:30	フロードダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕			14:30	★フロードダンス kyo〔4〕	14:30	★美脚&美尻 アヤコ〔3〕
	19:45	カーディオ45 kyo〔4〕	19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン						