

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】はプロトレーニグ卒業生、トレーニ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。					13:15 ★ベルヴィス kyo[4] 14:30 ★フロードダンス kyo[4]	外部レッスン 13:15 ベルヴィス アヤコ[3] 14:30 ★整顔 アヤコ[3]
3	4	5	6	7	8	9
CLOSE	11:00 ベルヴィス kyo[4] 13:30 ★ボデイトーニング kyo[4] 18:30 ベルヴィス kyo[4] 19:45 ボデイトーニング45 kyo[4]	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フロードダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	11:00 プライベート kyo 13:30 ベルヴィス kyo[4] 18:30 ★ベルヴィス アヤコ[3] 外部レッスン	11:00 カーディオ45 アキ[3] 外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス リエコ[3] 14:30 ★フロードダンス リエコ[3]	外部レッスン 12:00 フロードダンス シズエ[3] 13:15 ★ベルヴィス シズエ[3] 14:30 整顔 kyo[2] 16:30 定期研修
10	11	12	13	14	15	16
	11:00 ★ベルヴィス kyo[4] 13:30 ★整顔 kyo[4] 18:30 ベルヴィス kyo[4] 19:45 カーディオ45 kyo[4]	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フロードダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	11:00 プライベート kyo 13:30 大人の骨活 kyo 18:30 ★ベルヴィス アヤコ[3] 外部レッスン	11:00 ベルヴィス&お腹 kyo[4] 外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス kyo[4] 14:30 ★フロードダンス kyo[4]	外部レッスン 13:15 フロードダンス ユウ[3] 14:30 エレガンスストレッチ shinichi[5]
17	18	19	20	21	22	23
CLOSE	11:00 ベルヴィス kyo[4] 13:30 ★ボデイトーニング kyo[4] 18:30 ベルヴィス kyo[4] 19:45 ボデイトーニング45 kyo[4]	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フロードダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	11:00 プライベート kyo 13:30 ★フロードダンス kyo[4] 18:30 ★ベルヴィス アヤコ[3] 外部レッスン	11:00 カーディオ45 アキ[3] 外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス リエコ[3] 14:30 ★フロードダンス リエコ[3]	外部レッスン ベーシックコース①
24	25	26	27	28	29	30
ベーシックコース②	11:00 ★ベルヴィス kyo[4] 13:30 ★筋膜 美腹 kyo[4] 18:30 ベルヴィス kyo[4] 19:45 カーディオ45 kyo[4]	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フロードダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	11:00 プライベート kyo 13:30 大人の骨活 kyo 18:30 ★ベルヴィス アヤコ[3] 外部レッスン	11:00 ベルヴィス&お腹 kyo[4] 外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス リエコ[3] 14:30 ★フロードダンス リエコ[3]	外部レッスン 13:15 ベルヴィス アヤコ[3] 14:30 ★美脚&美尻 アヤコ[3]

2024年7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】はプロトレーニン卒業生、トレーニング生対象クラスです

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
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 カーディオ45 アキ[3]		外部レッスン
	13:30 ★ポデイトーニング kyo[4]		13:30 ★ベルヴィス kyo[4]	外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス 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 エレガンスストレッチ shinichi[5]
	19:45 ポデイトーニング45 kyo[4]	19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	外部レッスン			
8	9	10	11	12	13	14
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 ★筋膜 美脚 kyo[4]		13:30 大人の骨活 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 カーディオ45 kyo[4]	19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	外部レッスン			16:30 定期研修
15	16	17	18	19	20	21
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 カーディオ45 アキ[3]		ベーシックコース③
	13:30 ★ポデイトーニング 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]	
	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]	
	19:45 ポデイトーニング45 kyo[4]	19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	外部レッスン			
22	23	24	25	26	27	28
ベーシックコース④	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 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 ウオーキング kyo[4]
	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			
29	30	31	受付はレッスン開始30分前です。  SUMMER スケジュール  猛暑のため、LIVE配信増加!!! スタジオは涼しくお待ちしております 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			
CLOSE	11:00 ★ベルヴィス kyo[4]	10:30 ママベルヴィス ナギサ [1]				
	13:30 ★ポデイトーニング kyo[4]					
	18:30 ベルヴィス kyo[4]	18:30 フローダンス kyo[4]				
	19:45 ポデイトーニング45 kyo[4]	19:45 ★ベルヴィス kyo[4]				