

2024年8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
🌻🌻🌻 夏季休業 🌻🌻🌻 8/12(月)-15(木) 8/16(金)から通常営業です ★★★ 隔週金曜日 NEWレッスン ★★★ 「フローダンス45」新設 45分レッスン			1 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	2 11:00 カーディオ45 アキ[3] 外部レッスン	3 13:15 ★ベルヴィス kyo[4] 14:30 ★フローダンス kyo[4]	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]
5 CLOSE	6 11:00 ★ベルヴィス kyo[4] 13:30 ★筋膜 美脚 kyo[4] 18:30 ベルヴィス kyo[4] 19:45 カーディオ45 kyo[4]	7 10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フローダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	8 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	9 NEW 11:00 ★フローダンス45 kyo[4] 外部レッスン	10 13:15 ★ベルヴィス リエコ[3] 14:30 ★フローダンス リエコ[3]	11 外部レッスン 12:00 フローダンス シズエ[3] 13:15 ★ベルヴィス シズエ[3] 14:30 ポデイトーニング kyo[2] 16:30 定期研修
12 CLOSE	13 CLOSE	14 CLOSE	15 CLOSE	16 11:00 カーディオ45 アキ[3] 外部レッスン	17 13:15 ★ベルヴィス kyo[4] 14:30 ★フローダンス kyo[4]	18 外部レッスン 13:15 フローダンス ユウ[3] 14:30 ★ベルヴィス アヤコ[3]
19 CLOSE	20 11:00 ★ベルヴィス kyo[4] 13:30 ★ポデイトーニング kyo[4] 18:30 ベルヴィス kyo[4] 19:45 カーディオ45 kyo[4]	21 10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フローダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	22 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	23 NEW 11:00 ★フローダンス45 kyo[4] 外部レッスン	24 13:15 ★ベルヴィス リエコ[3] 14:30 ★フローダンス リエコ[3]	25 外部レッスン 12:00 フローダンス シズエ[3] 13:15 ★ベルヴィス シズエ[3] 14:30 ウォーキング kyo[4]
26 13:30 フローダンス研修	27 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 ポデイトーニング45 kyo[4]	28 10:30 ママベルヴィス ナギサ [1] 18:30 フローダンス kyo[4] 19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	29 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	30 11:00 カーディオ45 アキ[3] 外部レッスン	31 13:15 ★ベルヴィス kyo[4] 14:30 ★フローダンス kyo[4]	

2024年9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
受付開始はレッスン30分前です。 9/18(水)10:30 ママベルヴィスは休講です。 9/19(木)18:30 ベルヴィスワークはユキ先生の代講です。						1 外部レッスン 13:15 ベルヴィス アヤコ(3) 14:30 エレガンスタッチ shinichi(5)
2	3	4	5	6	7	8
CLOSE	11:00 ★ベルヴィス kyo(4) 13:30 ★筋膜 美脚 kyo(4) 18:30 ベルヴィス kyo(4) 19:45 カードイオ45 kyo(4)	10:30 ママベルヴィス ナギサ (1) 18:30 フローダンス 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 カードイオ45 アキ(3) 外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス リエコ(3) 14:30 ★フローダンス リエコ(3)	外部レッスン 12:00 フローダンス 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
9	10	11	12	13	14	15
CLOSE	11:00 ★ベルヴィス kyo(4) 13:30 ★ボディトレーニング kyo(4) 18:30 ベルヴィス kyo(4) 19:45 ボディトレーニング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 ★フローダンス kyo(4) 18:30 ★ベルヴィス アヤコ(3) 外部レッスン	11:00 ★フローダンス45 kyo(4) 外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス kyo(4) 14:30 ★フローダンス kyo(4)	外部レッスン 13:15 フローダンス ユウ(3) 14:30 ★ベルヴィス アヤコ(3)
16	17	18	19	20	21	22
CLOSE	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 カードイオ45 kyo(4)	10:30 休講 18:30 フローダンス 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 ユキ(3)代講 外部レッスン	11:00 カードイオ45 アキ(3) 外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス リエコ(3) 14:30 ★フローダンス リエコ(3)	外部レッスン 12:00 フローダンス シズエ(3) 13:15 ★ベルヴィス シズエ&kyo(3) 14:30 ウォーキング kyo(4)
23	24	25	26	27	28	29
CLOSE	11:00 ★ベルヴィス kyo(4) 13:30 ★ボディトレーニング kyo(4) 18:30 ベルヴィス kyo(4) 19:45 ボディトレーニング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 ★フローダンス kyo(4) 18:30 ★ベルヴィス アヤコ(3) 外部レッスン	11:00 ★フローダンス45 kyo(4) 外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス kyo(4) 14:30 ★フローダンス kyo(4)	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)
30	9/22(日)13:15 祝日スペシャルレッスン ベルヴィスワーク シズエ&kyo ご家族にお伝えできる操法を2種ご紹介します！					