

2025年4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
	1	2	3	4	5	6
	外部レッスン					外部レッスン
	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 ★ポディートニング 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]	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 ★整顔 アヤコ[3]
	19:45 ポディートニング45 kyo[4]	19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	外部レッスン			
7	8	9	10	11	12	13
	外部レッスン					外部レッスン
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 ウォーキング kyo[4]		12:00 フローダンス シズエ[3]
	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 ★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 kyo[4]	14:30 ★ポディートニング 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			16:30 定期研修
14	15	16	17	18	19	20
	外部レッスン					外部レッスン
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]		
	13:30 ★ポディートニング 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 ★フローダンス ユウ[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 ポディートニング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	
21	22	23	24	25	26	27
	外部レッスン					外部レッスン
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 ウォーキング kyo[4]		
	13:30 ★筋膜 美尻美脚 kyo[4]		13:30 大人の骨活 kyo	外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス kyo[4]	12:00 フローダンス 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 kyo[4]	13:15 ★ベルヴィス シズエ[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			14:30 ウォーキング kyo[4]
28	29 昭和の日	30	受付開始はレッスン30分前です 4/29(火・祝) 昭和の日祝日レッスンのため 夜のレッスンはお休みです			
	外部レッスン					
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 ★筋膜 デコルテ・腕 kyo[4]					
		18:30 フローダンス kyo[4]				
		19:45 ★ベルヴィス kyo[4]				

2025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						
5/10 (土) 10th anniversary special lesson お客様とともに、スタジオ10周年イベント開催！ 詳細は別紙にてご確認ください。			1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日						
			11:00	プライベート kyo	11:00	カーディオ45 アキ〔3〕	CLOSE	CLOSE				
			13:30	フローダンス kyo〔4〕		外部レッスン						
			18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕								
	外部レッスン											
5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9	10	11						
CLOSE	CLOSE	10:30	ママベルヴィス ナギサ〔1〕	11:00	プライベート kyo	11:00	ウォーキング kyo〔4〕	10th anniversary special lesson	外部レッスン			
				11:00	大人の骨活 kyo		外部レッスン		12:00	フローダンス シズエ〔3〕		
		18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕				13:15	★ベルヴィス シズエ〔3〕		
		19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン				14:30	エレガンスストレッチ shinichi〔5〕		
12	13	14	15	16	17	18						
CLOSE	外部レッスン				1day work 対象：b-i stylist&プロ卒業生	1/f noise 対象：b-i stylist&プロ卒業生						
	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	★整顔 kyo〔4〕					13:30	ベルヴィス 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〕								
19	20	21	22	23	24	25						
CLOSE	外部レッスン											
	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	ウォーキング 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 kyo		外部レッスン	13:15	★ベルヴィス kyo〔4〕	12:00	フローダンス 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 kyo〔4〕	13:15	★ベルヴィス シズエ〔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					14:30	ウォーキング kyo〔4〕
26	27	28	29	30	31							
	外部レッスン											
	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〕	NEW			
13:30	フローダンス研修	13:30	★筋膜 美尻美脚 kyo〔4〕		13:30	フローダンス kyo〔4〕		外部レッスン	13:15	メンズベルヴィス ミイ〔3〕		
									14:30	はじめてのフローダンス ミイ〔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〕						
	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						

10th anniversary

Thank you
special
lesson

様々な出来事を経て10年
支えてくださった皆様への感謝をビイスタイリスト達
と共にお迎えする1 day。
骨盤の重要性はこれからも普遍的です。
元気な人は骨盤が整っている！
皆さんとの交流がまた一つ深まるような1日を！

※Freeドリンク&スナックをご用意しております

5/10
sat.

info@b-i-style.com
03-6434-7357
<https://www.b-i-style.com/>

b-i STYLE

Thank you special lesson

A.11:00-12:00

「ペルヴィス〜カーディオアクション
fast try!」
アキ & kyo

スタジオ4枚 / LIVE3枚

骨格を整えてから、step & punch
軽く有酸素運動しましょう！
老化は素早く動けなくなること
いつまでもyouthfulで。



kyo



アキ

D.14:30-16:00

プレゼント講座&ティーパーティー

「インティメントケアはQualityが左右する」
guest: 調香師naho & kyo

スタジオ & LIVE
インティメントオイルのアロマブレンド監修の
調香師 川野菜穂さんをお迎えして
お茶しながらいろいろお話ししましょう！
(フリー解散です。お気軽にご参加下さい。)

Free



川野菜穂

B.12:15-12:45

「スペシャル整顔」
kyo

スタジオ2枚

30分でできるお手入れ法の新手法をご紹介します。
年齢や個体差で洗顔方法も変わります。
お肌に入るものは限度があり、
排泄力が大切。
お肌は口から入る食べ物と
腸の状態が反映されます。
沢山の情報の取り入れ方も真理あります。

C.13:00-14:00

「ペルヴィス〜フローfesta!」
ユウ & kyo

スタジオ4枚 / LIVE3枚

振る、ゆする、回す、
ベーシックムーブメントで全身ハッピーな時間に！
骨盤に繋がる筋肉の多さに着眼したのが
フローダンスです。
動きは血管もリンパも神経系も総動員する
全方位のプログラムなのです。
あらためて楽しんでください。



kyo



ユウ