

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)		外部レッスン							
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						

2025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 【黄色の箇所】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】
 【ブルーグレーの箇所】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
30	受付はレッスン開始30分前です 今月より夏の暑さ対策としてLIVE配信を増設しました。 どうぞ活用ください！					1
CLOSE						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)				
2	3	4	5	6	7	8
	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)		12:00 ★フロードダンス シズエ(3)
CLOSE	13:30 ★ポデイトーニング 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)	13:15 ★ベルヴィス シズエ(3)
					14:30 ★フロードダンス kyo(4)	14:30 ★ポデイトーニング kyo(4)
	18:30 ベルヴィス kyo(4)	18:30 フロードダンス kyo(4)	18:30 ★ベルヴィス アヤコ(3)			16:30 定期研修
	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			
9	10	11	12	13	14	15
	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 ハーブルワークス イスワーキング kyo(4)		
CLOSE	13:30 ★整顔 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 kyo(4)	13:15 ★フロードダンス ユウ(3)
					14:30 ★フロードダンス kyo(4)	14:30 ★ベルヴィス 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)			
	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	17	18	19	20	21	22
	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)		12:00 ベーシック①
CLOSE	13:30 ★ポデイトーニング kyo(4)		13:30 大人の骨活 kyo	外部レッスン	13:15 メンズベルヴィス ミイ(3)	
					14:30 はじめてのフロードダンス ミイ(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)			
	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			
23	24	25	26	27	28	29
	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 ハーブルワークス イスワーキング kyo(4)	13:15 ★ベルヴィス kyo(4)	
12:00 ベーシック②	13:30 ★筋膜 美尻美脚 kyo(4)		13:30 ★フロードダンス kyo(4)	外部レッスン	14:30 ★フロードダンス kyo(4)	12:00 ★フロードダンス シズエ(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 ハーブルワークス イスワーキング 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			

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

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

スタジオ & LIVE
インティメッ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