

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						
CLOSE	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	★フローダンス シズエ〔3〕	
	13:30	★ボディートーニング 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 シズエ〔3〕	
								14:30	★フローダンス kyo〔4〕	14:30	★ボディートーニング kyo〔4〕	
	18:30	ベルヴィス kyo〔4〕	18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕			16:30	定期研修		
	19:45	ボディートーニング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						
CLOSE	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	ベルヴィスウォーキング kyo〔4〕			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 ユウ〔3〕	
								14:30	★フローダンス 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						
CLOSE	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	
	13:30	★ボディートーニング kyo〔4〕			13:30	★ベルヴィス 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	ボディートーニング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	ベルヴィスウォーキング kyo〔4〕	13:15	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン
12:00	ベーシック②	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	14:30	★フローダンス kyo〔4〕	12:00	★フローダンス 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	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕				14:30	ベルヴィスウォーキング 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					

2025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											
	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〕	
									14:30	★フローダンス kyo〔4〕	14:30	★整顔 アヤコ〔3〕	
	19:00	★ボディトーニング 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							
7	8		9		10		11		12		13		
CLOSE		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	ベルヴィスウォーキング kyo〔4〕			12:00	★フローダンス シズエ〔3〕	
	13:30	★整顔 kyo〔4〕			13:30	★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 シズエ〔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〕	
	19:00	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〕					16:30	定期研修	
			19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン							
14	15		16		17		18		19		20		
CLOSE		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	ベーシックコース③	
	13:30	★ボディトーニング 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〕			
									14:30	★フローダンス kyo〔4〕			
	19:00	★ボディトーニング 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							
21 海の日	22		23		24		25		26		27		
		外部レッスン										外部レッスン	
12:00	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	ベルヴィスウォーキング kyo〔4〕			12:00	★フローダンス シズエ〔3〕
		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〕	13:15	★ベルヴィス シズエ〔3〕
										14:30	はじめてのフローダンス ミイ〔3〕	14:30	ベルヴィスウォーキング kyo〔4〕
		19:00	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						
28	29		30		31		受付開始はレッスン30分前です 7月より火曜日夜のレッスンは19:00～の1レッスンです。						
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							
	13:30	★筋膜 デコルテ・腕 kyo〔4〕			13:30	★ベルヴィス kyo〔4〕							
	19:00	★ボディトーニング 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							