

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`ルウ`イスウォーキング 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													
12:00 ベーシック②				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`ルウ`イスウォーキング kyo〔4〕		13:15		★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン			
		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`ルウ`イスウォーキング 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

★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		
	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〕	
									14:30	★フローダンス kyo〔4〕	14:30	★整顔 アヤコ〔3〕	
	19:00	★ボデイトーニング 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〕			
									14:30	★フローダンス kyo〔4〕			
	19:00	★ボデイトーニング 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						
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	★ボデイトーニング 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							