

2025年10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
受付開始はレッスン30分前です		1	2	3	4	5
		10:30 ママベルヴィス トモミ〔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 ★ベルヴィス kyo〔4〕	外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス ユウ〔3〕	13:15 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕
		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 ユウ〔3〕	14:30 ★整顔 アヤコ〔3〕
		19:45 ★ベルヴィス kyo〔4〕	外部レッスン			
6	7	8	9	10	11	12
CLOSE	外部レッスン					外部レッスン
	11:00 ★ベルヴィス kyo〔4〕		11:00 プライベート kyo	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕		12:00 ★フローダンス シズエ〔3〕
	13:30 ★ボディトレーニング 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 シズエ〔3〕
					14:30 ★フローダンス kyo〔4〕	14:30 ★ボディトレーニング kyo〔4〕
	19:00 ★ボディトレーニング kyo〔4〕	18:30 フローダンス kyo〔4〕	18:30 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕			16:30 定期研修
		19:45 ★ベルヴィス kyo〔4〕	外部レッスン			
13 スポーツの日	14	15	16	17	18	19
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 トモミ〔1〕	11:00 プライベート kyo	11:00 カーディオ45 アキ〔3〕		12:00 プロフェッショナルコース①
	13:30 ★筋膜 美尻美脚 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〕	
	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			
20	21	22	23	24	25	26
	外部レッスン					外部レッスン
11:00 プロフェッショナルコース②	11:00 ★ベルヴィス kyo〔4〕	10:30 ママベルヴィス トモミ〔1〕	11:00 プライベート kyo	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕		12:00 ★フローダンス シズエ〔3〕
	13:30 ★ボディトレーニング 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 シズエ〔3〕
					14:30 ★フローダンス kyo〔4〕	14:30 ベルヴィスウォーキング kyo〔4〕
	19:00 ★ボディトレーニング 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			
27	28	29	30	31		
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 トモミ〔1〕	11:00 プライベート kyo	11:00 カーディオ45 アキ〔3〕		
	13:30 ★筋膜 美腹 kyo〔4〕		13:30 ★ベルヴィス kyo〔4〕	外部レッスン		
	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			

2025年11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 金曜日のkyo先生のレッスンはテーマレッスン 今月のテーマは「O脚X脚改善 いつまでも自分の足で歩く」								1		2																									
											外部レッスン																								
								13:15	★ベルヴィス ユウ〔3〕	13:15	★ベルヴィス アヤコ〔3〕																								
								14:30	★フローダンス ユウ〔3〕	14:30	エレガンスストレッチ shinichi〔5〕																								
3 文化の日								8		9																									
											外部レッスン																								
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 トモミ〔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	★ボディトレーニング 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 シズエ〔3〕																
																14:30	★フローダンス kyo〔4〕	14:30	★ボディトレーニング kyo〔4〕																
								19:00	★ボディトレーニング kyo〔4〕	18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕					16:30	定期研修																
			19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン																													
10								11		12		13		14		15		16																	
11:00 プロフェッショナルコース④								11:00		★ベルヴィス kyo〔4〕		スタジオ点検日 CLOSE						外部レッスン																	
								13:30		★筋膜 美尻美脚 kyo〔4〕				13:30		はじめてのベルヴィス アヤコ〔3〕		外部レッスン		13:15		メンズベルヴィス ミイ〔3〕		13:15		★フローダンス ユウ〔3〕									
																				14:30		はじめてのフローダンス ミイ〔3〕		14:30		★ベルヴィス アヤコ〔3〕									
								19:00		ベルヴィス kyo〔4〕				18:30		★ベルヴィス アヤコ〔3〕				15:45		プロフェッショナルコース⑤													
																外部レッスン				16:00		b-i stylist WS													
17								18		19		20		21		22		23 勤労感謝の日																	
CLOSE								11:00		★ベルヴィス kyo〔4〕		10:30		ママベルヴィス トモミ〔1〕		11:00		プライベート kyo		11:00		カーディオ45 アキ〔3〕				12:00		プロフェッショナルコース⑥							
								13:30		★ボディトレーニング 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〕									
								19:00		★ボディトレーニング kyo〔4〕		18:30		フローダンス kyo〔4〕		18:30		★ベルヴィス アヤコ〔3〕						14:30		★フローダンス kyo〔4〕									
												19:45		★ベルヴィス kyo〔4〕				外部レッスン																	
24 勤労感謝の日 振替休日								25		26		27		28		29		30																	
11:00 プロフェッショナルコース⑦								11:00		★ベルヴィス kyo〔4〕		10:30		ママベルヴィス トモミ〔1〕		11:00		プライベート kyo		11:00		O脚X脚改善 kyo〔4〕						12:00		★フローダンス シズエ〔3〕					
								13:30		★整顔&デコルテ 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〕					
								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〕						14:30		★フローダンス kyo〔4〕		14:30		ベルヴィスウォーキング kyo〔4〕					
												19:45		★ベルヴィス kyo〔4〕				外部レッスン																	