

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				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〕
										14:30	★フローダンス ユウ〔3〕	14:30	★整顔 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〕						
				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	
11:00 プロフェッショナルコース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 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	★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 ヌウ〔3〕	13:15	★ベルヴィス アヤコ〔3〕				
								14:30	★フローダンス ヌウ〔3〕	14:30	エレガンスストレッチ shinichi〔5〕				
								15:45	プロフェッショナルコース③						
3 文化の日		4		5		6		7		8		9			
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	★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〕		
		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〕	14:30	★ボディトレーニング kyo〔4〕		
				19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン					16:30	定期研修		
10		11		12		13		14		15		16			
			外部レッスン	スタジオ点検日 CLOSE									外部レッスン		
11:00	プロフェッショナルコース④	11:00	★ベルヴィス kyo〔4〕					11:00	O脚X脚改善 kyo〔4〕						
		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 ヌウ〔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〕			15:00	b-i stylist WS				
					外部レッスン			15:45	プロフェッショナルコース⑤						
17		18		19		20		21		22		23 勤労感謝の日			
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			
			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								