

# 2026年1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 CLOSE	2 CLOSE	3 CLOSE	4 CLOSE
	受付開始はレッスン30分前です  年始レッスンスタートは 1/6 (火) から					
5	6 CLOSE	7 外部レッスン	8 11:00 ペルヴィス kyo[4] 10:30 ペルヴィス45 トヨミ [1]	9 11:00 プライベート kyo 11:00 姿勢デザイン kyo[4]	10 13:15 ★ペルヴィス kyo[4] 14:30 ★フローダンス kyo[4]	11 12:00 ★フローダンス シズエ[3] 13:15 ★ペルヴィス シズエ[3] 14:30 エレガントストレッチ shinichi[5]
12 CLOSE	13 外部レッスン	14 11:00 ペルヴィス kyo[4] 10:30 ペルヴィス45 ナギサ [1]	15 11:00 プライベート kyo 11:00 カーディオ45 アキ[3]	16 13:15 メンズペルヴィス ミイ[3] 14:30 はじめてのフローダンス ミイ[3]	17 13:15 ★フローダンス ユウ[3] 14:30 ★ペルヴィス アヤコ[3]	18 外部レッスン
19 CLOSE	20 外部レッスン	21 11:00 ペルヴィス kyo[4] 10:30 ペルヴィス45 トヨミ [1]	22 11:00 プライベート kyo 11:00 姿勢デザイン kyo[4]	23 13:15 ★ペルヴィス kyo[4] 14:30 ★フローダンス kyo[4] 16:00 フローダンストレーニング	24 12:00 ★フローダンス シズエ[3] 13:15 ★ペルヴィス シズエ[3] 14:30 ペルヴィスウォーキング kyo[4]	25 外部レッスン
26 CLOSE	27 外部レッスン	28 11:00 ペルヴィス kyo[4] 10:30 ペルヴィス45 トヨミ [1]	29 11:00 プライベート kyo 11:00 カーディオ45 アキ[3]	30 13:15 ★ペルヴィス kyo[4] 14:30 ★フローダンス kyo[4]	31 13:15 ★ペルヴィス kyo[4]	

# 2026年2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 【黄色い個所】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
						外部レッスン ★ペルヴィス アヤコ(3) ★整顔＆デコルテ アヤコ(3)
2	3	4	5	6	7	8
CLOSE		外部レッスン				外部レッスン ★フローダンス シズエ(3) ★ペルヴィス シズエ(3) ★ボディーニング kyo(4)
	11:00	ペルヴィス kyo(4)	10:30 ペルヴィス45 トヨミ (1)	11:00 プライベート kyo	11:00 カーディオ45 アキ(3)	
	13:30	★ボディーニング kyo(4)		13:30 ★ペルヴィス kyo(4)	外部レッスン	13:15 ★ペルヴィス ユウ(3) 14:30 ★フローダンス ユウ(3)
	19:00	★ボディーニング kyo(4)	18:30 フローダンス kyo(4)	18:30 ★ペルヴィス アヤコ(3)		14:30 ★ボディーニング kyo(4)
		19:45 ★ペルヴィス kyo(4)		外部レッスン		16:30 定期研修
9	10	11	12	13	14	15
CLOSE		外部レッスン				外部レッスン ★美腹 アヤコ(3) ★ペルヴィス アヤコ(3)
	11:00	ペルヴィス kyo(4)	10:30 ペルヴィス45 トヨミ (1)	11:00 プライベート kyo	11:00 姿勢デザイン kyo(4)	
	13:30	★筋膜 美尻美脚 kyo(4)	13:15 ★2026温法 kyo(4)	13:30 ★フローダンス kyo(4)	外部レッスン	13:15 ★ペルヴィス kyo(4) 14:30 ★フローダンス kyo(4)
			14:30 ★フローダンス kyo(4)			
	19:00	ペルヴィス kyo(4)		18:30 ★ペルヴィス アヤコ(3)		
				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 ★フローダンス シズエ(3) ★ペルヴィス シズエ(3) ★ペルヴィス シズエ(3)
	11:00	ペルヴィス kyo(4)	10:30 ペルヴィス45 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	★ボディーニング kyo(4)		13:30 ★ペルヴィス kyo(4)	外部レッスン	13:15 メンズペルヴィス ミイ(3) 14:30 はじめてのフローダンス ミイ(3)
						14:30 ペルヴィスウォーキング kyo(4)
	19:00	★ボディーニング kyo(4)	18:30 フローダンス kyo(4)	18:30 ★ペルヴィス アヤコ(3)		
		19:45 ★ペルヴィス kyo(4)		外部レッスン		
23	24	25	26	27	28	
CLOSE		外部レッスン				
	11:00	ペルヴィス kyo(4)	10:30 ペルヴィス45 トヨミ (1)	11:00 プライベート kyo	11:00 姿勢デザイン kyo(4)	
	13:30	★整顔＆デコルテ kyo(4)		13:30 ★フローダンス kyo(4)	外部レッスン	13:15 ★ペルヴィス kyo(4) 14:30 ★フローダンス kyo(4)
	19:00	ペルヴィス kyo(4)	18:30 フローダンス kyo(4)	18:30 ★ペルヴィス アヤコ(3)		16:00 フローダンストレーニング
		19:45 ★ペルヴィス kyo(4)		外部レッスン		