

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
受付開始はレッスン30分前です						
2/11（祝・火）は春に向けてのテーマレッスンDAY						
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 ベルヴィス45 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 ユウ〔3〕	13:15 ★ベルヴィス シズエ〔3〕
	19:00 ★ボディーニング 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 ユウ〔3〕	14:30 ★ボディーニング kyo[4]
		19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	外部レッスン			16:30 定期研修
9	10	11	12	13	14	15
CLOSE	外部レッスン					
	11:00 ベルヴィス kyo[4]	10:30 ベルヴィス45 トモミ〔1〕	11:00 プライベート kyo	11:00 姿勢デザイン kyo[4]		外部レッスン
	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 ★ベルヴィス kyo[4]	13:15 ★美腹 アヤコ〔3〕
		14:30 ★フローダンス kyo[4]			14:30 ★フローダンス kyo[4]	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〕			
			外部レッスン			
16	17	18	19	20	21	22
	外部レッスン					外部レッスン
	11:00 ベルヴィス kyo[4]	10:30 ベルヴィス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〕		12:00 ★フローダンス シズエ〔3〕
12:30 マタニティエキスパート	13:30 ★ボディーニング 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〕	13:15 ★ベルヴィス シズエ〔3〕
	19:00 ★ボディーニング 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 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]
		19:45 ★ベルヴィス kyo[4]	外部レッスン			
23	24	25	26	27	28	
CLOSE	外部レッスン					
	11:00 ベルヴィス kyo[4]	10:30 ベルヴィス45 トモミ〔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 ★ベルヴィス 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〕		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		16:00 フローダンストレーニング	

2026年3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
			受付開始はレッスン30分前です			
				3/20(金)・21(土)・22(日) テーマレッスン「からだを初期設定」 春スタート！！心地よく始めましょう		
2	3	4	5	6	7	8
CLOSE	外部レッスン					外部レッスン
	11:00 ペルヴィス kyo[4]	10:30 ペルヴィス45 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]	13:15 ★ペルヴィス シズエ[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 ★フローダンス ユウ[3]	14:30 エレガントストレッチ shinichi[5]
		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
	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 姿勢デザイン kyo[4]		13:15 ★ペルヴィス kyo[4]
	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 ★フローダンス ユウ[3]	13:15 ★ペルヴィス アヤコ[3]
	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]		14:30 ★フローダンス kyo[4]	14:30 ★ペルヴィス アヤコ[3]
		19:45 ★ペルヴィス kyo[4]	外部レッスン			
16	17	18	19	20 からだを初期設定	21 からだを初期設定	22 からだを初期設定
CLOSE	外部レッスン					外部レッスン
	11:00 ペルヴィス kyo[4]	10:30 ペルヴィス45 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]	13:15 ★ペルヴィス シズエ[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 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]
		19:45 ★ペルヴィス kyo[4]	外部レッスン			
23	24	25	26	27	28	29
	外部レッスン					
13:30 フローダンス研修	11:00 ペルヴィス kyo[4]	10:30 ペルヴィス45 トモミ [1]	11:00 プライベート kyo	11:00 姿勢デザイン kyo[4]		外部レッスン
	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]	13:15 ★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 ★フローダンス kyo[4]	14:30 ★ペルヴィス kyo[4]
		19:45 ★ペルヴィス kyo[4]	外部レッスン		16:00 フローダンストレーニング	
30	31					
CLOSE	外部レッスン					
	11:00 ペルヴィス kyo[4]					
	13:30 ★ボディーニング kyo[4]					
	19:00 ★ボディーニング kyo[4]					