

# 2026年4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	
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
		10:30 <b>ベルヴィス45 トモミ〔1〕</b>	11:00 プライベート kyo 13:30 ★フローダンス kyo〔4〕	11:00 カーディオ45 アキ〔3〕 外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス ユウ〔3〕 14:30 ★フローダンス ユウ〔3〕	外部レッスン 13:15 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕 14:30 エレガンスストレッチ shinichi〔5〕	
		18:30 フローダンス kyo〔4〕 19:45 ★ベルヴィス kyo〔4〕	18:30 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕 外部レッスン				
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	
	外部レッスン					外部レッスン	
<b>CLOSE</b>	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕 13:30 ★筋膜 美尻美脚 kyo〔4〕	10:30 <b>ベルヴィス45 ナギサ〔1〕</b>	11:00 プライベート kyo 13:30 ★ベルヴィス kyo〔4〕	11:00 <b>姿勢デザイン kyo〔4〕</b> 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〕	12:00 ★フローダンス シズエ〔3〕 13:15 ★ベルヴィス シズエ〔3〕 14:30 ★ポデイトーニング kyo〔4〕	
	19:00 ベルヴィス kyo〔4〕	18:30 フローダンス kyo〔4〕 19:45 ★ベルヴィス kyo〔4〕	18:30 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕 外部レッスン		16:30 <b>定期研修</b>		
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	
	外部レッスン					外部レッスン	
<b>CLOSE</b>	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕 13:30 ★ポデイトーニング kyo〔4〕	10:30 <b>ベルヴィス45 トモミ〔1〕</b>	11:00 プライベート kyo 13:30 ★フローダンス kyo〔4〕	11:00 カーディオ45 アキ〔3〕 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〕	13:15 ★フローダンス ユウ〔3〕 14:30 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕	
	19:00 ★ポデイトーニング kyo〔4〕	18:30 フローダンス kyo〔4〕 19:45 ★ベルヴィス kyo〔4〕	18:30 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕 外部レッスン		16:00 <b>フローダンストレーニング</b>		
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	
	外部レッスン					外部レッスン	
<b>CLOSE</b>	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕 13:30 ★整顔&デコルテ kyo〔4〕	10:30 <b>ベルヴィス45 トモミ〔1〕</b>	11:00 プライベート kyo 13:30 ★ベルヴィス kyo〔4〕	<b>スタジオメンテナンス CLOSE</b>	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〕	12:00 ★フローダンス シズエ〔3〕 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〕 19:45 ★ベルヴィス kyo〔4〕	18:30 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕 外部レッスン		14:30 <b>ベルヴィスウォーキング kyo〔4〕</b>		
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29 11th anniv.</b>	<b>30</b>	受付開始はレッスン30分前です  <b>4/29 (水・祝) はスタジオ 11th anniversary イベントレッスン開催!</b>			
	外部レッスン						
<b>CLOSE</b>	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕 13:30 ★ポデイトーニング kyo〔4〕	13:15 ★ベルヴィス ミイ&kyo〔4〕 14:30 ★フローダンス ミイ&kyo〔4〕	13:30 ★フローダンス kyo〔4〕				
	19:00 ★ポデイトーニング kyo〔4〕		18:30 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕 外部レッスン				

# 2026年5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  <b>5/3(日)~6(水)はお休みです。</b> 5/7から通常レッスンです。				1	2	3				
				11:00	カーディオ45 アキ〔3〕	13:15	★ベルヴィス ユウ〔3〕	CLOSE		
					外部レッスン	14:30	★フローダンス ユウ〔3〕			
4	5	6	7	8	9	10				
CLOSE	CLOSE	CLOSE	11:00	プライベート kyo	11:00	姿勢デザイン kyo〔4〕	12:00	★フローダンス シズエ〔3〕		
			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〕
			18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕			14:30	★フローダンス kyo〔4〕	14:30	★ポディトーニング kyo〔4〕
				外部レッスン					16:30	定期研修
11	12	13	14	15	16	17				
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 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	★ポディトーニング kyo〔4〕			13:30	★フローダンス kyo〔4〕		外部レッスン		
	19:00	★ポディトーニング kyo〔4〕	18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕	13:15	メンズベルヴィス ミイ〔3〕		
		19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン	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〕	
18	19	20	21	22	23	24				
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	姿勢デザイン kyo〔4〕		
	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		
	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〕	13:15	★ベルヴィス kyo〔4〕		
		19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン	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〕	
					16:00	フローダンストレーニング				
25	26	27	28	29	30	31				
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〕		
	13:30	★ポディトーニング kyo〔4〕			13:30	★フローダンス kyo〔4〕		外部レッスン		
	19:00	★ポディトーニング kyo〔4〕	18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕	13:15	★ベルヴィス kyo〔4〕		
		19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン	14:30	★フローダンス kyo〔4〕	14:30	★ポディトーニング アヤコ〔3〕	