

2026年9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	外部レッスン	2		3		4		5		6		
	11:00	ベルヴィス kyo〔4〕	9:00	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〕				外部レッスン	
	13:30	★ボデイトーニング 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 アヤコ〔3〕	
									14:30	はじめてのフローダンス ミイ〔3〕	14:30	エレガンスストレッチ shinichi〔5〕	
	19:00	★ボデイトーニング kyo〔4〕	18:30	フローダンス kyo〔4〕	18:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕							
		19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン								
7	8	外部レッスン	9		10		11		12		13		
CLOSE	11:00	ベルヴィス kyo〔4〕	9:00	ベルヴィス45 kyo〔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	★美尻美脚 kyo〔6〕			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〕	12:00	★フローダンス シズエ〔3〕	
									14:30	★フローダンス 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 kyo〔4〕					16:00	定期研修	
			19:45	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン							
14	15	外部レッスン	16		17		18		19		20		
CLOSE	11:00	ベルヴィス kyo〔4〕	9:00	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〕				外部レッスン	
	13:30	★ボデイトーニング kyo〔4〕			13:30	★ベルヴィス kyo〔4〕		外部レッスン	13:15	★ベルヴィス kyo〔4〕	13:15	★フローダンス ユウ〔3〕	
									14:30	★フローダンス kyo〔4〕	14:30	★ベルヴィス アヤコ〔3〕	
	19:00	カーディオアクション 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							
21	22 テーマ「秋を先取り」	23 ナイトレッスンDay	24		25		26		27		27		
CLOSE		外部レッスン										外部レッスン	
					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〕	
	13:15	★ベルヴィス 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	★フローダンス kyo〔4〕	14:30	ベルヴィスウォーキング 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								
28	29	30	受付開始はレッスン30分前です 9/22（火・祝）テーマレッスン「秋を先取り」 9/23（秋分の日）ナイトレッスンDay シルバーウィークはスペシャルレッスン開催！！										
CLOSE		外部レッスン											
	11:00	ベルヴィス kyo〔4〕										9:00	ベルヴィス45 トモミ〔1〕
	13:30	★ボデイトーニング 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〕										

2026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
			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〕	12:00 プロフェッショナル①
			18:30 ★ベルヴィス アヤコ〔3〕		14:30 ★フローダンス ユウ〔3〕	
			外部レッスン			
5	6	7	8	9	10	11
	外部レッスン					
11:00 プロフェッショナル②	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕	9:00 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 ★美尻美脚 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〕	12:00 ★フローダンス シズエ〔3〕
					14:30 ★フローダンス 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〕			16:00 定期研修
		19:45 ★ベルヴィス kyo〔4〕	外部レッスン			
12	13	14	15	16	17	18
	外部レッスン					
CLOSE	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕	9:00 ベルヴィス45 kyo〔1〕	11:00 プライベート kyo	11:00 カーディオ45 アキ〔3〕	9:30 プロフェッショナル③	外部レッスン
	13:30 ★ボディトレーニング 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 ★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 ★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			
19	20	21	22	23	24	25
	外部レッスン					外部レッスン
CLOSE	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕	9:00 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〕		12:00 ★フローダンス シズエ〔3〕
	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〕	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 カーディオアクション 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			
26	27	28	29	30	31	
	外部レッスン					
11:00 プロフェッショナル④	11:00 ベルヴィス kyo〔4〕	9:00 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 ★ボディトレーニング kyo〔4〕		13:30 ★ベルヴィス kyo〔4〕	外部レッスン	13:15 ★ベルヴィス kyo〔4〕	
					14:30 ★フローダンス 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〕			
		19:45 ★ベルヴィス kyo〔4〕	外部レッスン			