

受付時間:平日7:00~22:00 土・日8:00~20:00 満月・新月など、朝ヨガレッスンがない場合は、受付時間が異なりますので、お問い合わせください。 ①→開講日 ②→休講 ③→代講(講師名) ④→初心者歓迎 ⑤→女性限定 ⑥→チケット使用不可※現金または月謝にて受講

月曜日 OPEN 6:15		火曜日 OPEN 6:15		水曜日 OPEN 6:15		木曜日 OPEN 6:15		金曜日 OPEN 6:15		土曜日 OPEN 8:00or8:30		日曜日 OPEN 9:00			
1スタ+2スタ	トレーニングR	1スタ+2スタ	トレーニングR	1スタ+2スタ	トレーニングR	1スタ+2スタ	トレーニングR	1スタ+2スタ	トレーニングR	1スタ+2スタ	トレーニングR	1スタ+2スタ	トレーニングR		
MORNING MYSORE 6:30~9:00(オープンクラス) Maneesh Kalra ⑧ ⑬ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒		MORNING MYSORE 6:30~9:00(オープンクラス) Maneesh Kalra ⑦ ⑭ ⑲ ㉑ ㉒		MORNING MYSORE 6:30~9:00(オープンクラス) Maneesh Kalra ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒		MORNING MYSORE 6:30~9:00(オープンクラス) Maneesh Kalra ② ⑨ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒		MORNING MYSORE 6:30~9:00(オープンクラス) Maneesh Kalra ③ ⑩ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒ 8/24 7:00~8:30 プライマリー レッドクラス開講 この日の指導は、レッドクラスの時間帯のみです。							
ロシアバレエ オープンクラス 10:30~12:00(90分) ニコライ ②①	2歳~3歳の 幼児クラス	キッズA体操 11:00~11:50(50分) NBH BV ⑦	リズム体操 11:00~11:50(50分) NBH BV ⑦	バレエ初級 10:50~12:20(90分) 三木雄馬 ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒ 8日追加休講		サーフサイズ Basic 13:00~13:45(45分) NBH ② ⑨ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	ベビーマッサージ 完全予約制/限定6名 0~1歳対象クラス	ベビーマッサージ 11:00~12:00(60分) 長演あすか ② ⑨ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	2歳~3歳の幼児クラス	キッズA体操 11:00~11:50(50分) NBH BV ⑦	キッズAバレエ 9:30~10:20(50分) 新野亜矢 ⑤	キッズAバレエ 10:00~10:50(50分) 鈴木結花 ⑤	キッズB体操 10:30~11:20(50分) NBH BV ⑦		
バレエ初級 13:00~14:30(90分) ニコライ ⑥ ⑬		NEW		サーフサイズ Basic 13:00~13:45(45分) NBH ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	美子宮 エクササイズ 13:00~14:00(60分) mimi ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	サーフサイズ Basic 13:00~13:45(45分) NBH ② ⑨ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒		サーフサイズ Basic 13:00~13:45(45分) NBH ③ ⑩ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒		キッズB体操 11:30~12:20(50分) NBH BV ⑦	キッズAバレエ 10:30~11:20(50分) 新野亜矢 ⑤	キッズBバレエ 11:00~11:50(50分) 鈴木結花 ⑤	キッズB体操 11:30~12:20(50分) NBH BV ⑦	ビューティ バレエストレッチ 12:00~13:00(60分) 邵 智羽 ⑬ ㉑ ㉒	
NEW	完全予約制 別途スケジュールを ご確認ください	キッズB体操 15:30~16:20(50分) NBH BV ⑦	リズム体操 14:10~15:10(60分) mimi ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	日本舞踊 14:00~15:00(60分) 西川こゆき ⑧	ベリダンズ 14:10~15:10(60分) mimi ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	NEW				キッズB体操 15:30~16:20(50分) NBH BV ⑦	ジュニアAバレエ 13:40~14:55(75分) 新野亜矢 ⑤	ジュニアBバレエ 13:40~14:55(75分) 新野亜矢 ⑤	ジュニアA体操 12:30~13:20(50分) NBH BV ⑦	パレエ初級 13:10~14:40(90分) 邵 智羽 ⑬ ㉑ ㉒	
キッズバレエ(2歳) 15:00~15:50(50分) 津屋彩子 ⑤		キッズA体操 16:20~17:10(50分) 津屋彩子 ⑤	キッズA体操 16:30~17:20(50分) NBH BV ⑦	完全予約制 ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	サーフサイズ Basic 17:30~18:15(45分) NBH ⑬	キッズAバレエ 15:00~15:50(50分) 細山田愛美 ⑤	キッズA体操 15:30~16:20(50分) NBH BV ⑦	キッズAバレエ 15:00~15:50(50分) 新野亜矢 ⑤		キッズB体操 16:30~17:20(50分) NBH BV ⑦	ジュニアAバレエ 15:55~17:10(75分) 新野亜矢 ⑤	ジュニアBバレエ 15:00~15:30(30分) 新野亜矢 ⑤	ジュニアA体操 16:30~17:20(50分) NBH BV ⑦	パレエ初級 13:10~14:40(90分) 新野亜矢 ⑤	オチョウ ウェーブ 14:00~15:00(60分) 進藤学 ⑤
キッズAバレエ 16:20~17:10(50分) 津屋彩子 ⑤		ジュニアA体操 16:30~17:20(50分) NBH BV ⑦	キッズ&ジュニア ジャズダンス 17:00~18:00(60分) RYONRYON.監修 ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	サーフサイズ Basic 17:30~18:15(45分) NBH ⑬	キッズB体操 16:30~17:20(50分) NBH BV ⑦	ジュニアAバレエ 15:55~17:10(75分) 新野亜矢 ⑤	キッズB体操 16:30~17:20(50分) NBH BV ⑦	ジュニアAバレエ 15:55~17:10(75分) 新野亜矢 ⑤		ジュニアA体操 16:30~17:20(50分) NBH BV ⑦	ジュニアBバレエ 17:05~18:20(75分) 細山田愛美 ⑤	ジュニアAバレエ 15:35~16:50(75分) 新野亜矢 ⑤	ジュニアB体操 17:30~18:20(50分) NBH BV ⑦	パレエ初級 13:10~14:40(90分) 新野亜矢 ⑤	オチョウ ファイヤー 15:10~16:10(60分) 進藤学 ⑤
ジュニアBバレエ 17:10~18:25(75分) 津屋彩子 ⑤		レッスン時間変更 18時30分~ になりました!	サーフサイズ Basic 17:30~18:15(45分) NBH ⑬	レッスン時間変更 17時~18時 になりました!	ジュニアA体操 17:30~18:20(50分) NBH BV ⑦	ジュニアBバレエ 17:05~18:20(75分) 細山田愛美 ⑤	ジュニアA体操 17:30~18:20(50分) NBH BV ⑦	ジュニアBバレエ 17:15~18:30(75分) 新野亜矢 ⑤		ジュニアB体操 17:30~18:20(50分) NBH BV ⑦	ジュニアBポイント 18:20~18:50(30分) 細山田愛美 ⑤	ジュニアBポイント 15:35~16:50(75分) 新野亜矢 ⑤	ジュニアB体操 17:30~18:20(50分) NBH BV ⑦	パレエ入門 17:20~18:20(60分) ニコライ ⑬	キック ボクシング 17:00~18:00(60分) Bungeling Bay ④ ⑪ ⑱ ㉑ ㉒
ヨガ(ヴィンヤサフロー) 19:00~20:30(90分) NAO ⑬ ㉑ ㉒		クラブマガ初級 18:30~19:20(50分) ポアズ・ハガイ ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	パレエ初級 19:30~21:00(90分) ニコライ ⑦ ⑭ ⑲ ㉑ ㉒	パレエ初級 19:00~20:30(90分) 三木雄馬 ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	サーフサイズ Basic 19:00~19:45(45分) NBH ① ⑧ ㉑ ㉒	キッズA体操 15:00~15:50(50分) 細山田愛美 ⑤	キッズB体操 15:30~16:20(50分) NBH BV ⑦	ジュニアAバレエ 18:20~18:50(30分) 細山田愛美 ⑤		ジュニアB体操 17:30~18:20(50分) NBH BV ⑦	完全予約制 別途スケジュールを ご確認ください	完全予約制 別途スケジュールを ご確認ください	ジュニアB体操 17:30~18:20(50分) NBH BV ⑦	パレエ初級 18:30~20:00(90分) ニコライ ⑬	★ポアント基礎:前バレエクラスを受講した方は 特別価格1000円+税で受講可能です
サーフサイズ Basic 19:00~19:45(45分) NBH ⑥ ㉑		クラブマガ上級 19:30~21:00(90分) ポアズ・ハガイ ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	ポアント基礎★ 21:10~21:40(30分) ニコライ ⑦ ⑭ ⑲ ㉑ ㉒	パレエ初級 19:00~20:30(90分) 三木雄馬 ① ⑧ ⑬ ⑲ ㉑ ㉒	サーフサイズ Basic 19:00~19:45(45分) NBH ① ⑧ ㉑ ㉒	美姿勢ボディワーク 19:10~20:10(60分) 新野亜矢 ② ㉑	キックボクシング 20:30~21:30(60分) Bungeling Bay ① ⑧ ㉑ ㉒	ジュニアBポイント 18:20~18:50(30分) 細山田愛美 ⑤		サーフサイズ Basic 19:30~20:15(45分) NBH ⑨ ⑬ ㉑	完全予約制 別途スケジュールを ご確認ください	完全予約制 別途スケジュールを ご確認ください	ジュニアBポイント 18:35~19:05(30分) 新野亜矢 ⑤	ポアント基礎★ 20:10~20:40(30分) ニコライ ⑬	サーフサイズ Basic 18:30~19:15(45分) NBH ④ ⑪ ⑱ ㉑ ㉒
CLOSED 21:00		CLOSED 22:00	★ポアント基礎 前バレエクラスを 受講した方は 特別価格 1,000円(税込)で 受講可能です	CLOSED 21:30	CLOSED 22:00	CLOSED 21:00		CLOSED 21:00		CLOSED 20:00			CLOSED 20:00	CLOSED 18:00	

☆完全予約制になります。人数制限しているレッスンは、前日の昼12時までご予約可能です。その他のレッスンは、当日10分前まで受付しております。キャンセル費のお支払は3通りございます→前日:なし/当日:事前連絡:1,000円(税別)/連絡なし:1チケットまたは3,000円(税別) ☆プログラム内容・担当講師・時間が急ぎよ変更になる場合がございます。御予約を頂いた方にはご連絡させていただいております。 ☆各プログラムは定員がございますので、ご予約のない方はレッスンに参加できませんのでご了承ください。 ☆10分以上の遅刻は怪我に繋がる為、レッスンの受講をお断りさせていただいております。各レッスンパーソナルレッスンをお受けしております。価格がそれぞれ違いますのでご希望の方はお問合せください。