

	11/17(火)	11/18(水)	11/19(木)	11/20(金)	11/21(土)	11/22(日)	11/23(月)	11/24(火)	11/25(水)	11/26(木)	11/27(金)	11/28(土)	11/29(日)	11/30(月)
8:00		***	**	*	*	**	*		*	**	**	***	*	***
8:30		9:45~10:30 美体幹	9:45~10:30 デトックス	9:45~10:30 肩	9:45~10:30 リラックス	9:45~10:30 美脚	9:45~10:30 ストレッチ		9:45~10:30 美活骨盤	9:45~10:30 デトックス	9:45~10:30 美脚	9:45~10:30 燃烧	9:45~10:30 肩	9:45~10:30 美体幹
9:00														
9:30		*	***	**	**	*	**5		***	*	*	*	**	*
10:00		11:30~12:15 美活骨盤	11:30~12:15 燃烧	11:30~12:15 美脚	11:30~12:15 デトックス	11:30~12:15 肩	11:30~12:15 HATA		11:30~12:15 美体幹	11:30~12:15 肩	11:30~12:15 はじめて	11:30~12:15 ストレッチ	11:30~12:15 美脚	11:30~12:15 美活骨盤
10:30														
11:00				***	***	*	*		*	*	***	**	*	**
11:30				12:45~13:30 溶岩浴	12:45~13:30 溶岩浴	12:45~13:30 燃烧	12:45~13:30 美体幹	12:45~13:30 はじめて	12:45~13:30 美活骨盤					
12:00									12:45~13:30 ストレッチ	12:45~13:30 溶岩浴	12:45~13:30 燃烧	12:45~13:30 美脚	12:45~13:30 リラックス	12:45~13:30 デトックス
12:30														
13:00		**	*							*				
13:30		14:00~14:45 デトックス	14:00~14:45 はじめて	14:00~14:45 溶岩浴	14:00~14:45 溶岩浴	14:00~14:45 溶岩浴	14:00~14:45 溶岩浴		14:00~14:45 溶岩浴	14:00~14:45 リラックス	14:00~14:45 溶岩浴	14:00~14:45 溶岩浴	14:00~14:45 溶岩浴	14:00~14:45 溶岩浴
14:00														
14:30														
15:00			***	*			*		*		***			***
15:30			15:30~16:15 美体幹	15:30~16:15 美活骨盤	16:00~16:45 燃烧	16:00~16:45 リラックス	15:30~16:15 はじめて		15:30~16:15 肩		15:30~16:15 美体幹	16:00~16:45 デトックス	16:00~16:45 はじめて	15:30~16:15 燃烧
16:00										15:30~17:00 アロマ溶岩浴				
16:30										15:30~17:00 アロマ溶岩浴				
17:00														
17:30														
18:00														
18:30														
19:00														
19:30														
20:00														
20:30		*	**5	***			**		***	**	**		*	
21:00		18:30~19:15 燃烧	18:30~19:15 ストレッチ	18:30~19:15 デトックス			18:30~19:15 美体幹		18:30~19:15 はじめて	18:30~19:15 燃烧	18:30~19:15 リラックス			18:30~19:15 美脚
21:30														
22:00														
		20:00~20:45 リラックス	20:00~20:45 HATA	20:00~20:45 美体幹			20:00~20:45 デトックス		20:00~20:45 燃烧	20:00~20:45 美脚	20:00~20:45 デトックス			20:00~20:45 はじめて

定休日

定休日

- レッスン参加の際は、フェイスタオル、お水(1ℓ以上)お持ち下さい。
- レッスン中の私語及びレッスン中の中退室はご遠慮下さい。
- キャンセルはレッスンの1時間前までとなっています。
- レッスンの2時間前までにはお食事を済ませることをお勧めします。
- お時間を過ぎての入室はできません。
- 他のお客様へのご迷惑、またトラブルに発展する可能性がありますので
- ルールを守ってレッスンにご参加下さい。
- 都合によりレッスンや担当者が変更になる場合がございます。