	29(日)	30(月)	31(火)	1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
		各曜日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。			各曜日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。		
8							BODYCOMBAT 8:30~9:15 増田明子
9	ミットタイム 10:00~13:00 一条北星	トータルシェイプ 9:00~9:45 井川直太郎 BODYCOMBAT 10:00~10:45 佐藤隼人	ミットタイム 9:00~12:00 増田明子	女性キック 9:00~10:00 能美美帆 BODYCOMBAT 10:15~11:00 能美美帆 フリー 9:00~12:00 11時半最終入館	ミットタイム 9:00~12:00 増田明子 11時半最終入館	ボディメイクキック 9:00~11:00 能美美帆 フリー 9:00~12:00 11時半最終入館	ちびっこ 10:00~10:45 増田明子 ミットタイム 夢たはフリー 10:45~14:50 一条北星 増田明子
10	11時半最終入館 13時完全退館	11時閉館	ボディメイクキック 11:00~12:00 増田明子			BODYCOMBAT 11:15~12:00 能美美帆 パーソナルトレーニング 能美美帆	パーソナルトレーニング 一助北星 増田明子 14時最終入館 14時半完全退館
11		レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 鈴木聡 増田明子 ミットタイム 13:00~16:00 鈴木聡 増田明子	パーソナルトレーニング 鈴木聡 能美美帆 ミットタイム 13:00~16:00 鈴木聡	レンタルスタジオ	ミットタイム 13:00~16:00 増田明子	
12							
13							
14							
15	レンタルスタジオ						レンタルスタジオ
16			ちびっこ 16:00~16:45 鈴木聡	ちびっこ 16:00~16:45 鈴木聡			
17		ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ジュニア 17:00~18:00 鈴木聡	ジュニア 17:00~18:00 鈴木聡 ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	
18		サーフ 18:30~19:15 HIDE		サーフ 18:30~19:15 HIDE		ジュニア 18:00~19:00 増田明子	
19		BODYCOMBAT 19:30~20:15 増田明子	大人 19:30~19:50 鈴木聡	大人 19:30~20:30 鈴木聡	女性キック 19:30~20:30 増田明子	大人 19:30~20:30 鈴木聡	
20			ミットタイム 19:30~21:30 鈴木聡一助北星 21時最終入館		BODYCOMBAT 20:30~21:45 増田明子		ミットタイム 20:30~22:00 増田明子一鈴木聡 21時半最終入館
21		フリー 20:15~21:30 21時最終入館		ミットタイム 20:30~21:30 鈴木聡一鈴木聡小 21時最終入館	ミットタイム 20:45~22:00 一助北星 21時半最終入館		

22

	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
		各曜日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。			各曜日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。		
8							BODYCOMBAT 8:30~9:15 増田明子
9	ミットタイム 10:00~13:00 一条北星 石田郁加	トータルシェイプ 9:00~9:45 井川直太郎 BODYCOMBAT 10:00~10:45 佐藤隼人	ミットタイム 9:00~12:00 増田明子	女性キック 9:00~10:00 能美美帆 BODYCOMBAT 10:15~11:00 能美美帆 フリー 9:00~12:00 11時半最終入館	ミットタイム 9:00~12:00 増田明子 11時半最終入館	ボディメイクキック 10:00~11:00 能美美帆 フリー 9:00~12:00 11時半最終入館	ちびっこ 10:00~10:45 増田明子 ミットタイム 夢たはフリー 10:45~14:50 一助北星 増田明子
10	11時半最終入館 13時完全退館	ミットタイム 10:45~12:00 増田明子 11時半最終入館	ボディメイクキック 11:00~12:00 増田明子			BODYCOMBAT 11:15~12:00 能美美帆 パーソナルトレーニング 能美美帆	パーソナルトレーニング 小原直也 増田明子 14時最終入館 14時半完全退館
11		レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 鈴木聡 増田明子 ミットタイム 13:00~16:00 鈴木聡 増田明子	パーソナルトレーニング 鈴木聡 能美美帆 ミットタイム 13:00~16:00 鈴木聡	レンタルスタジオ	ミットタイム 13:00~16:00 増田明子	
12							
13							
14							
15	レンタルスタジオ						レンタルスタジオ
16			ちびっこ 16:00~16:45 鈴木聡	ちびっこ 16:00~16:45 鈴木聡			
17		ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ジュニア 17:00~18:00 鈴木聡	ジュニア 17:00~18:00 鈴木聡 ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	
18		サーフ 18:30~19:15 HIDE		サーフ 18:30~19:15 HIDE		ジュニア 18:00~19:00 鈴木聡	
19		BODYCOMBAT 19:30~20:15 増田明子	大人 19:30~19:50 鈴木聡	大人 19:30~20:30 鈴木聡	女性キック 19:30~20:30 増田明子	大人 19:30~20:30 鈴木聡	
20			ミットタイム 19:30~21:30 鈴木聡一助北星 21時最終入館		BODYCOMBAT 20:30~21:45 増田明子		ミットタイム 20:30~22:00 鈴木聡-増田明子 21時半最終入館
21		フリー 20:15~21:30 21時最終入館		ミットタイム 20:30~21:30 鈴木聡-鈴木聡小 21時最終入館	ミットタイム 20:45~22:00 一助北星 21時半最終入館		

	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
		各曜日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。			各曜日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。		
8							BODYCOMBAT 8:30~9:15 増田明子
9	ミットタイム 10:00~13:00 金澤靖 吉田直也	トータルシェイプ 9:00~9:45 井川直太郎 BODYCOMBAT 10:00~10:45 佐藤隼人	ミットタイム 9:00~12:00 増田明子	女性キック 9:00~10:00 能美美帆 BODYCOMBAT 10:15~11:00 能美美帆 フリー 9:00~12:00 11時半最終入館	ミットタイム 9:00~12:00 増田明子 11時半最終入館	ボディメイクキック 10:00~11:00 能美美帆 フリー 9:00~12:00 11時半最終入館	ちびっこ 10:00~10:45 増田明子 ミットタイム 夢たはフリー 10:45~14:50 一助北星 増田明子
10	11時半最終入館 13時完全退館	ミットタイム 10:45~12:00 増田明子 11時半最終入館	ボディメイクキック 11:00~12:00 増田明子			BODYCOMBAT 11:15~12:00 能美美帆 パーソナルトレーニング 能美美帆	パーソナルトレーニング 一助北星 増田明子 14時最終入館 14時半完全退館
11		レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 鈴木聡 増田明子 ミットタイム 13:00~16:00 鈴木聡 増田明子	パーソナルトレーニング 鈴木聡 能美美帆 ミットタイム 13:00~16:00 鈴木聡	レンタルスタジオ	ミットタイム 13:00~16:00 増田明子	
12							
13							
14							
15	レンタルスタジオ						レンタルスタジオ
16			ちびっこ 16:00~16:45 鈴木聡	ちびっこ 16:00~16:45 鈴木聡			
17		ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ジュニア 17:00~18:00 鈴木聡	ジュニア 17:00~18:00 鈴木聡 ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	
18		サーフ 18:30~19:15 HIDE		サーフ 18:30~19:15 HIDE		ジュニア 18:00~19:00 鈴木聡	
19		BODYCOMBAT 19:30~20:15 増田明子	大人 19:30~19:50 鈴木聡	大人 19:30~20:30 鈴木聡	女性キック 19:30~20:30 増田明子	大人 19:30~20:30 鈴木聡	
20			ミットタイム 19:30~21:30 鈴木聡一助北星 21時最終入館		BODYCOMBAT 20:30~21:45 増田明子		ミットタイム 20:30~22:00 増田明子一鈴木聡小 21時半最終入館
21		フリー 20:15~21:30 21時最終入館		ミットタイム 20:30~21:30 鈴木聡-鈴木聡小 21時最終入館	ミットタイム 20:45~22:00 一助北星 21時半最終入館		

	19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
		各曜日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。			各曜日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。		
8							BODYCOMBAT 8:30~9:15 増田明子
9	ミットタイム 10:00~13:00 山崎郁郎 一条北星	トータルシェイプ 9:00~9:45 井川直太郎 BODYCOMBAT 10:00~10:45 佐藤隼人	ミットタイム 9:00~12:00 増田明子	女性キック 9:00~10:00 能美美帆 BODYCOMBAT 10:15~11:00 能美美帆 フリー 9:00~12:00 11時半最終入館	ミットタイム 9:00~12:00 増田明子 11時半最終入館	ボディメイクキック 10:00~11:00 能美美帆 フリー 9:00~12:00 11時半最終入館	ちびっこ 10:00~10:45 増田明子 ミットタイム 夢たはフリー 10:45~14:50 小原直也 増田明子
10	11時半最終入館 13時完全退館	ミットタイム 10:45~12:00 増田明子 11時半最終入館	ボディメイクキック 11:00~12:00 増田明子			BODYCOMBAT 11:15~12:00 能美美帆 パーソナルトレーニング 能美美帆	パーソナルトレーニング 小原直也 増田明子 14時最終入館 14時半完全退館
11		レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 鈴木聡 増田明子 ミットタイム 13:00~16:00 鈴木聡 増田明子	パーソナルトレーニング 鈴木聡 能美美帆 ミットタイム 13:00~16:00 鈴木聡	レンタルスタジオ	ミットタイム 13:00~16:00 増田明子	
12							
13							
14							
15	レンタルスタジオ						レンタルスタジオ
16			ちびっこ 16:00~16:45 鈴木聡	ちびっこ 16:00~16:45 鈴木聡			
17		ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ジュニア 17:00~18:00 鈴木聡	ジュニア 17:00~18:00 鈴木聡 ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	
18		サーフ 18:30~19:15 HIDE		サーフ 18:30~19:15 HIDE		ジュニア 18:00~19:00 鈴木聡	
19		BODYCOMBAT 19:30~20:15 増田明子	大人 19:30~19:50 鈴木聡	大人 19:30~20:30 鈴木聡	女性キック 19:30~20:30 増田明子	大人 19:30~20:30 鈴木聡	
20			ミットタイム 19:30~21:30 鈴木聡一助北星 21時最終入館		BODYCOMBAT 20:30~21:45 増田明子		ミットタイム 20:30~22:00 鈴木聡-増田明子 21時半最終入館
21		フリー 20:15~21:30 21時最終入館		ミットタイム 20:30~21:30 鈴木聡-鈴木聡小 21時最終入館	ミットタイム 20:45~22:00 一助北星 21時半最終入館		

	26(日)	27(月)	28(火)	29（水）祝日スケジュール	30（木）		
		各曜日、左側の列は要予約、右側の列は予約不要です。					
8				ミットタイム 7:30~9:30 一条北星 増田明子			
9	ミットタイム 10:00~13:00 山崎郁郎 一条北星	トータルシェイプ 9:00~9:45 井川直太郎 BODYCOMBAT 10:00~10:45 佐藤隼人	ミットタイム 9:00~11:00 増田明子	女性キック 9:00~10:15 能美美帆 BODYCOMBAT 10:30~11:45 能美美帆	ミットタイム 9:00~12:00 増田明子 11時半最終入館		
10	11時半最終入館 13時完全退館	ミットタイム 10:45~12:00 増田明子 11時半最終入館	ボディメイクキック 11:00~12:00 増田明子				
11		レンタルスタジオ	パーソナルトレーニング 鈴木聡 増田明子 ミットタイム 13:00~16:00 鈴木聡 増田明子	12時閉館	レンタルスタジオ		
12							
13							
14							
15	レンタルスタジオ			レンタルスタジオ			
16			ちびっこ 16:00~16:45 鈴木聡				
17		ミットタイム 17:00~18:30 増田明子	ジュニア 17:00~18:00 鈴木聡		ミットタイム 17:00~18:30 増田明子		
18		サーフ 18:30~19:15 HIDE					
19		BODYCOMBAT 19:30~20:15 増田明子	大人 18:30~19:50 鈴木聡		女性キック 18:30~20:30 増田明子		
20			ミットタイム 19:30~21:30 鈴木聡一助北星 21時最終入館		BODYCOMBAT 20:30~21:45 増田明子		
21		フリー 20:15~21:30 21時最終入館			内容変更 フリー 20:45~22:00 21時半最終入館		