6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日
Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
OPEN : 09:00～		OPEN : 06:30～			定休日	OPEN : 09:00～			OPEN : 06:30～			定休日	OPEN : 09:00～
09:30 - 10:15	09:30 - 10:15	06:45 - 07:15	06:45 - 07:15	06:45 - 07:15		10:00-10:30	09:30 - 10:15	09:30 - 10:15	06:45 - 07:15	06:45 - 07:15	06:45 - 07:15		10:00-10:30
P3	P3	P2	P2	P2		P2	P3	P3	P2	P2	P2		P2
TAIKYU	江刺家	江刺家	KANA	RYUJI		RYUJI	TAIKYU	RYUJI	江刺家	KANA	RYUJI		RYUJI
10:45 - 11:15	10:45 - 11:15	07:45 - 08:15	07:45 - 08:15	07:45 - 08:30		11:00 - 12:00	10:45 - 11:15	10:45 - 11:15	07:45 - 08:15	07:45 - 08:15	07:45 - 08:30		11:00 - 12:00
P2	P2	P2	P2	P3		P4	P2	P2	P2	P2	P3		P4
KANA	AYA	FUJITA	TAKU	具志堅		RYUJI	TAISEI	AYA	FUJITA	TAKU	具志堅		RYUJI
12:00 - 12:45	11:45 - 12:45	09:00 - 09:45	10:30 - 11:20	09:00 - 10：00		12:30 - 13:00	12:00 - 12:45	11:45 - 12:45	09:00 - 09:45	10:30 - 11:00	09:00 - 10：00		12:45 - 13:15
P3	P4	P3	YOGA	P4		P2	P3	P4	P3	P2	P4		P2
TAISEI	玉腰	TAIKYU	NATSU	RYUJI		TAKU	TAISEI	TAKU	TAIKYU	NATSU	RYUJI		TAKU
13:15 - 13:45	13:15 - 14:00	10:30 - 11:15	11：50-12：20			14:00-14:45	13:15 - 13:45	13:15 - 14:00	10:30 - 11:15	11：30-12：20	10:30 - 11:15		14:00-14:45
P2	P3	P3	P2			P3	P2	P3	P3	YOGA	P3		P3
具志堅	TAKU	FUJITA	NATSU			TAKU	具志堅	KANA	FUJITA	NATSU	AYA		TAKU
14:30 - 15:00	14:30 - 15:00	12:30 - 13:15	14:00 - 15:00	13:00-13:30		18:45 - 19:15	14:30 - 15:00	14:30 - 15:00	12:30 - 13:15	14:00 - 15:00	13:00-13:30		18:45 - 19:15
P3	P2	P3	P4	P2		P2	P3	P2	P3	P4	P2		P2
KANA	江刺家	江刺家	TAKU	時野谷		KANA	TAIKYU	江刺家	江刺家	TAKU	時野谷		KANA
15:45 - 16:45	15:45 - 16:30	14:00 - 14:30	18：45-1915	14:00 - 14:45		19:30 - 20:15	15:45 - 16:45	15:30 - 16:15	14:00 - 14:30	18：45-1915	14:00 - 14:45		19:30 - 20:15
P4	P3	P2	P2	SP3		P3	P4	P3	P2	P2	SP3		P3
安川	TAISEI	KANA	江刺家	TAKU		CHIHIRO	安川	TAISEI	KANA	江刺家	TAKU		CHIHIRO
17:00 - 17:45	16:45 - 17:45	19:30 - 20:00	19：45-20：30	18:30 - 19:15		20:30 - 21:30	17:00 - 17:45	16:45 - 17:15	19:30 - 20:00	19：45-20：30	18:30 - 19:15		20:30 - 21:30
SP3	PowerCycling	P2	P3	P3		P4	SP3	P2	P2	P3	P3		P4
江刺家	時野谷	KANA	AKIKO	江刺家		KANA	RYUJI	KANA	KANA	AKIKO	江刺家		KANA
	18:15 - 18:45	20:15-21:15	21:00-21:30	19:45 - 20:15		22:00 - 22:30		17:30 - 18:30	20:15-21:00	21:00-21:30	19:45 - 20:15		22:00 - 22:30
	P2	P4	P2	P2		P2		PowerCycling	P3	P2	P2		P2
	KANA	安川	時野谷	TAKU		CHIHIRO		時野谷	安川	時野谷	TAKU		CHIHIRO
		21:30 - 22:15	21:45-22:30	20:30 - 21:15					21:15 - 22:15	21:45-22:30	20:30 - 21:15		
		SP3	P3	P3					P4	P3	P3		
		RYUJI	TAISEI	ASAMI					RYUJI	TAISEI	ASAMI		
				21:30 - 22:30							21:30 - 22:30		
				P4							P4		
				江刺家							江刺家		

9:30～ 60min jijyu

12:05～ 25min リカバリーヨガ

13：20～ 25min リカバリーヨガ

12:05～ 25min sukkiri

13：40～ 25min sukkiri