（上和田店）スケジュール

予約制

	月			火			水			木			金			土		
10:00	10:00～10:40 マシンピラティス		セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠）	10:00～10:40 マシンピラティス		セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠）	10:00～10:40 マシンピラティス		セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠）	10:00～10:40 マシンピラティス		セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠）	10:00～10:40 マシンピラティス		セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠）	10:00～10:40 マシンピラティス		セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠）
		10:30～10:55 パーソナル			10:30～10:55 パーソナル			10:30～10:55 パーソナル			10:30～10:55 パーソナル			10:30～10:55 パーソナル			10:30～10:55 パーソナル	
11:00	11:00～11:40 マシンピラティス	11:00～11:25 パーソナル		11:00～11:40 マシンピラティス	11:00～11:25 パーソナル		11:00～11:40 マシンピラティス	11:00～11:25 パーソナル		11:00～11:40 マシンピラティス	11:00～11:25 パーソナル		11:00～11:40 マシンピラティス	11:00～11:25 パーソナル		11:00～11:40 マシンピラティス	11:00～11:25 パーソナル	
		11:30～11:55 パーソナル			11:30～11:55 パーソナル			11:30～11:55 パーソナル			11:30～11:55 パーソナル			11:30～11:55 パーソナル			11:30～11:55 パーソナル	
12:00	12:00～12:40 マシンピラティス	12:00～12:25 パーソナル		12:00～12:40 マシンピラティス	12:00～12:25 パーソナル		12:00～12:40 マシンピラティス	12:00～12:25 パーソナル		12:00～12:40 マシンピラティス	12:00～12:25 パーソナル		12:00～12:40 マシンピラティス	12:00～12:25 パーソナル		12:00～12:40 マシンピラティス	12:00～12:25 パーソナル	
		12:30～12:55 パーソナル			12:30～12:55 パーソナル			12:30～12:55 パーソナル			12:30～12:55 パーソナル			12:30～12:55 パーソナル			12:30～12:55 パーソナル	
13:00	13:00～13:40 マシンピラティス	13:00～13:25 パーソナル		13:00～13:40 マシンピラティス	13:00～13:25 パーソナル		13:00～13:40 マシンピラティス	13:00～13:25 パーソナル		13:00～13:40 マシンピラティス	13:00～13:25 パーソナル		13:00～13:40 マシンピラティス	13:00～13:25 パーソナル		13:00～13:40 マシンピラティス	13:00～13:25 パーソナル	
		13:30～13:55 パーソナル			13:30～13:55 パーソナル			13:30～13:55 パーソナル			13:30～13:55 パーソナル			13:30～13:55 パーソナル			13:30～13:55 パーソナル	
14:00	お昼休み															14:00～14:40 パーソナルトレーニング	14:00～14:25 パーソナル	
																	14:30～14:55 パーソナル	
15:00	15:00～15:40 マシンピラティス	15:00～15:25 パーソナル	セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠） セルフエステ	15:00～15:40 マシンピラティス	15:00～15:25 パーソナル	セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠） セルフエステ	15:00～15:40 マシンピラティス	15:00～15:25 パーソナル	セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠） セルフエステ	15:00～15:40 マシンピラティス	15:00～15:25 パーソナル	セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠） セルフエステ	15:00～15:40 マシンピラティス	15:00～15:25 パーソナル	セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠） セルフエステ	15:00～15:40 マシンピラティス	15:00～15:25 パーソナル	セルフエステ 各時間 00開始 30開始 （25分枠）
		15:30～15:55 パーソナル			15:30～15:55 パーソナル			15:30～15:55 パーソナル			15:30～15:55 パーソナル			15:30～15:55 パーソナル			15:30～15:55 パーソナル	
16:00	16:00～16:40 マシンピラティス	16:00～16:25 パーソナル		16:00～16:40 マシンピラティス	16:00～16:25 パーソナル		16:00～16:40 マシンピラティス	16:00～16:25 パーソナル		16:00～16:40 マシンピラティス	16:00～16:25 パーソナル		16:00～16:40 マシンピラティス	16:00～16:25 パーソナル		16:00～16:40 マシンピラティス	16:00～16:25 パーソナル	
		16:30～16:55 パーソナル			16:30～16:55 パーソナル			16:30～16:55 パーソナル			16:30～16:55 パーソナル			16:30～16:55 パーソナル			16:30～16:55 パーソナル	
17:00					17:00～17:25 パーソナル			17:00～17:25 パーソナル			17:00～17:25 パーソナル			17:00～17:25 パーソナル		17:00閉館		
					17:30～17:55 パーソナル			17:30～17:55 パーソナル			17:30～17:55 パーソナル			17:30～17:55 パーソナル				
18:00				18:00～18:40 マシンピラティス	18:00～18:25 パーソナル		18:00～18:40 マシンピラティス	18:00～18:25 パーソナル		18:00～18:40 マシンピラティス	18:00～18:25 パーソナル		18:00～18:40 マシンピラティス	18:00～18:25 パーソナル				
					18:30～18:55 パーソナル			18:30～18:55 パーソナル			18:30～18:55 パーソナル			18:30～18:55 パーソナル				
19:00				19:00～19:40 マシンピラティス			19:00～19:40 マシンピラティス			19:00～19:40 マシンピラティス			19:00～19:40 マシンピラティス					
20:00閉館																		

ビーフィット　上和田店　　日曜・祝日休館日