

2023 Jun YumiCoreBody Zoom Calendar						
日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1 9 : 00- セルフ整体ストレッチ Mai	2 21 : 00- 呼吸Ba Yuko	3
4 9 : 30- 下半身Ad Yayoi	5 10 : 00- 上半身Ad Kiyono	6 9 : 00- 下半身Ba① Mai 21 : 00- 上半身Ba Yuko	7	8	9 21 : 00- 呼吸Ba Yuko	10 9 : 15- 上半身Ba Akie
11	12 10 : 00- 呼吸Ba Kiyono 20 : 30- 呼吸Ad Kiyono	13 21 : 00- 上半身Ad Yuko	14 9 : 30- 骨盤Ba Mai	15 9 : 00- 下半身Ba① Mai	16 21 : 00- 上半身Ba Yuko	17 9 : 45- 呼吸Ad Asami
18 9 : 15- 呼吸Ba Yuri	19 10 : 00- 上半身Ba Kiyono	20 9 : 00- 骨盤Ba Mai 21 : 00- 骨盤Ba Yuko	21 20 : 30- 下半身Ba① Kiyono	22 9 : 00- 下半身Ba② Mai 21 : 00- 下腹腰肉 Yumico	23	24 9 : 00- プレミアム呼吸 Yumico
25	26 10 : 00- 上半身Ad Kiyono 20 : 30- 下半身Ba② Kiyono	27 9 : 00- 骨盤Ba Mai	28 9 : 30- 下半身Ba② Mai	29 9 : 00- 下半身Ba① Mai	30 20 : 30- 下半身Ad Kiyono	1



STEP 1



STEP 2



STEP 3



MASTER



その他