

2023 Jun TOKYO YumiCoreBody Studio Schedule																														
28 日				29 月				30 火				31 水				01 木				02 金				03 土						
DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿							
																9:30 下半Ba① Ami	9:45 上半身Ba Nao	9:30 呼吸Ba Yoko	9:30 下半Ba① Shiho	9:30 骨盤Ba Yoko	9:45 下半身Ad Nao	9:30 ヒールトレッチ Mizuho	10:00 下半Ba① Yuri							
																11:20 下半身Ad Ami	11:35 上半身Ad Nao	11:20 骨盤Ba Yoko	11:20 上半身Ba Shiho	11:20 下半Ba② Yoko	11:35 下半Ba① Nao	11:20 呼吸Ba Mizuho	11:50 上半身Ba Yuri							
																13:10 呼吸Ad Ami	13:25 下半Ba② Nao	13:10 骨盤Ba Yoko	13:10 下半Ba② Shiho	13:10 呼吸Ba Yoko			13:10 骨盤Ba Mizuho	13:40 呼吸Ad Yuri						
																										15:20 上半身Ad Asami	14:45 骨盤Ba Shiho			
																18:15 呼吸Ad Miki	18:00 上半身Ba Nasil			18:30 呼吸Ba Asami										
																20:05 下半Ba① Miki	19:50 上半身Ad Nasil			20:20 下半Ba② Asami										
04 日				05 月				06 火				07 水				08 木				09 金				10 土						
DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿							
9:00 呼吸Ba Nasil	9:00 下半Ba① Asami			9:30 骨盤Ba Narumi	9:45 呼吸Ad Akie	9:30 上半身Ba Aimi	10:00 下半Ba② Shiho	9:30 呼吸Ba Mizuho	9:30 下半Ba② Nao	9:30 骨盤Ba Yoko	9:30 下半Ba① Ami			9:15 上半身Ba Rumi	9:30 下半Ba① Shiho	9:45 呼吸Ba Yayoi			9:30 上半身Ba Ami	9:15 呼吸Ad Akie	9:30 アヒラ姿勢 Yumico	9:30 呼吸Ba Yoko	9:30 上半身Ba Yayoi	9:45 下半Ba② Aimi	9:30 呼吸Ad Ami	9:30 上半身Ba Nasil				
10:50 呼吸Ad Nasil	10:50 下半Ba② Asami			11:30 上半身Ba Yayoi	11:20 ヒールトレッチ Narumi	11:35 上半身Ad Akie	11:50 骨盤Ba Shiho	11:20 呼吸Ba Mizuho	11:20 上半身Ba Nao	11:20 下半Ba② Yoko	11:20 呼吸Ba Ami			11:05 下半Ba② Rumi	11:20 骨盤Ba Shiho	11:35 呼吸Ad Yayoi	11:20 上半身Ba Nao	11:20 下半Ba② Ami	11:05 下半身Ad Akie	11:20 ワケジョブ Yumico	11:20 呼吸Ba Yoko	11:20 上半身Ba Yayoi	11:35 下半Ba① Aimi	11:15 呼吸Ad Akie	11:20 骨盤Ba Ami	11:20 骨盤Ba Nasil				
12:40 骨盤Ba Yuri	12:40 呼吸Ba Nao	13:10 骨盤Ba Kanak	呼吸Ad Yayoi	13:20 骨盤Ba Narumi	13:10 下半Ba① Akie	13:10 下半身Ad Aimi		13:10 骨盤Ba Mizuho	13:10 下半身Ad Nao	13:10 呼吸Ba Yoko	13:10 呼吸Ad Ami	13:10 呼吸Ba Mizuho		13:10 呼吸Ba Mizuho	13:25 下半身Ad Shiho	13:10 呼吸Ba Yayoi	13:10 下半Ba① Nao	13:10 呼吸Ba Ami	12:55 上半身Ba Akie			13:10 骨盤Ba Yoko	13:10 下半Ba① Yayoi	13:25 骨盤Ba Aimi	13:30 呼吸Ba Asami	13:10 下半Ba② Nasil				
14:30 下半Ba① Yuri	14:30 上半身Ba Nao	15:00 下半Ba② Kanak										16:00 下半Ba② Yayoi		16:00 骨盤Ba Narumi											15:15 骨盤Ba Sumiko	15:20 下半身Ad Asami				
16:20 呼吸Ba Yuri	18:00 呼吸Ba Yuri	18:00 ヒールトレッチ Aimi										18:00 下半身Ad Nao		18:00 呼吸Ba Yumico	18:00 下半Ba② Kiyono			18:15 下半身Ad Sumiko	18:00 下半Ba① Asami	18:00 骨盤Ba Yuri	18:00 上半身Ba Shiho	17:05 下半Ba① Sumiko								
								20:00 下半Ba① Kanak	19:50 呼吸Ad Akie	19:50 呼吸Ba Aimi	呼吸Ad Yayoi	19:50 骨盤Ba Narumi	18:00 下半身Ad Aimi	19:50 下半Ba① Kiyono	18:00 下半身Ad Kiyono	20:00 有酸素 Kanak			20:05 呼吸Ba Sumiko	19:50 上半身Ad Asami	19:50 下半Ba① Yuri	19:50 下半Ba② Shiho								
11 日				12 月				13 火				14 水				15 木				16 金				17 土						
DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿							
9:00 呼吸Ba Aimi			9:15 下半Ba② Yuri	9:30 下半身Ad Rumi	9:30 骨盤Ba Mizuho	9:15 下半Ba① Haruka	9:45 下半Ba② Akie	9:30 上半身Ba Ami	9:30 下半Ba② Nao	10:00 呼吸Ad Nasil	9:30 下半Ba① Yayoi	9:15 下半Ba② Haruka	9:30 アヒラ呼吸 Yumico	9:30 呼吸Ba Mizuho	10:00 上半身Ba Yuri	9:30 呼吸Ad Ami	9:45 下半Ba① Nao	9:30 骨盤Ba Yoko	9:30 下半Ba② Shiho	9:45 上半身Ba Yayoi	9:30 上半身Ad Nao	9:30 骨盤Ba Mizuho	9:50 下半Ba② Rumi	9:00 下半Ba① Akie			9:30 上半身Ba Yayoi			
10:50 呼吸Ad Aimi	10:00 上半身Ba Nao	11:05 上半身Ad Yuri	11:20 下半Ba① Rumi	11:20 呼吸Ba Mizuho	11:20 呼吸Ad Haruka	11:05 上半身Ad Yoko	11:35 上半身Ba Akie	11:20 呼吸Ad Ami	11:20 呼吸Ba Nao	11:50 上半身Ad Nasil	11:20 上半身Ba Yayoi	11:20 ワケジョブ Haruka	11:20 骨盤Ba Mizuho	11:20 呼吸Ad Yuri	11:50 上半身Ba Ami	11:20 呼吸Ad Ami	11:35 下半身Ad Nao	11:20 呼吸Ba Yoko	11:20 下半Ba① Shiho	11:35 下半身Ad Yayoi	11:20 下半Ba② Nao	11:20 呼吸Ba Mizuho	12:10 上半身Ad Rumi	10:50 呼吸Ba Akie	11:45 上半身Ba Asami	11:20 上半身Ad Yayoi				
12:40 上半身Ad Sumiko	ワケジョブ Nao	12:55 下半Ba① Nasil	13:10 上半身Ba Rumi	13:10 骨盤Ba Mizuho	12:55 アヒラ姿勢 Haruka	13:10 下半Ba② Yoko	13:25 呼吸Ad Akie	13:10 下半Ba① Ami	13:10 上半身Ba Nao	13:40 下半Ba② Nasil	13:10 呼吸Ad Yayoi	12:55 下半身Ad Haruka		13:10 呼吸Ba Mizuho	13:40 骨盤Ba Yuri	13:10 呼吸Ba Ami	13:25 有酸素 Nao	13:10 下半Ba② Yoko	13:10 上半身Ba Shiho	13:25 下半Ba① Yayoi	13:10 呼吸Ba Nao	13:10 ヒールトレッチ Mizuho			12:40 下半Ba② Shiho	13:35 下半身Ad Asami	13:10 下半Ba② Ami			
14:30 下半Ba① Sumiko			14:45 呼吸Ad Nasil																											
																18:00 上半身Ba Aimi	18:30 アヒラ呼吸 Yumico	18:00 骨盤Ba Shiho	18:30 下半Ba① Yuri	18:00 呼吸Ad Ami	18:00 上半身Ad Asami	18:30 アヒラ姿勢 Yumico	18:00 下半Ba① Shiho	18:30 上半身Ad Yuri	18:30 呼吸Ba Asami	15:00 下半Ba① Ami				
																19:50 下半身Ad Aimi	20:00 下半Ba① Kanak	20:00 呼吸Ba Yumico	20:00 下半Ba① Asami	19:50 上半身Ba Shiho	19:40 アヒラ姿勢 Yumico	20:00 下半Ba① Kanak	19:50 呼吸Ba Asami	20:20 下半Ba① Asami	20:20 下半Ba① Asami					

2023 Jun TOKYO YumiCoreBody Studio Schedule																												
18 日				19 月				20 火				21 水				22 木				23 金				24 土				
DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	
	9:30 上半身Ba Haruka			9:30 呼吸Ba Akie	9:30 下半Ba① Nao	9:30 骨盤Ba Narumi	10:00 骨盤Ba Shiho	10:00 下半Ba① Nasil	9:30 呼吸Ba Nao	9:30 下半Ba② Yoko	9:30 上半身Ba Ami	9:30 呼吸Ba Mizuho	9:30 上半身Ad Kiyono	10:00 上半身Ba Yuri	9:00 呼吸Ba Haruka	9:30 呼吸Ba Yoko	9:45 上半身Ba Yayoi	10:00 上半身Ad Nao	9:30 下半Ba① Ami	9:15 上半身Ba Akie	9:45 呼吸Ba Yayoi	9:30 下半Ba② Yoko	10:00 呼吸Ad Yuri	9:30 上半身Ad Nasil	9:15 下半Ba② Akie	9:30 骨盤Ba Narumi	9:45 呼吸Ba Aimi	
11:20 下半Ba① Asami	11:20 膝姿勢 Haruka			11:15 下半Ba② Yuri	11:10 呼吸Ad Akie	11:20 上半身Ad Nao	11:20 セカストレッチ Narumi	11:50 有酸素 Shiho	11:50 呼吸Ba Nasil	11:20 下半身Ad Nao	11:20 呼吸Ba Yoko	11:20 呼吸Ad Ami	11:20 呼吸Ba Mizuho	11:20 呼吸Ad Kiyono	11:50 下半Ba① Yuri	10:50 下半Ba② Haruka	11:20 骨盤Ba Yoko	11:35 呼吸Ad Yayoi	11:50 下半Ba① Nao	11:20 下半身Ad Ami	11:05 呼吸Ba Akie	11:35 呼吸Ad Yayoi	11:20 骨盤Ba Yoko	11:50 下半身Ad Yuri	11:20 呼吸Ba Nasil	11:05 呼吸Ad Akie	セカストレッチ Narumi	11:35 下半Ba① Aimi
	13:10 上半身Ad Asami				13:05 呼吸Ad Yuri	12:50 下半Ba② Akie		13:10 骨盤Ba Narumi		13:40 下半Ba② Nasil	13:10 下半Ba① Nao	13:10 骨盤Ba Yoko	13:10 呼吸Ba Ami	セカストレッチ Mizuho	13:10 下半Ba① Kiyono	13:40 下半身Ad Yuri	12:40 呼吸Ad Haruka	13:10 Yoko	13:25 下半Ba① Yayoi	13:40 上半身Ba Nao	13:10 呼吸Ba Ami	12:55 下半Ba① Akie	13:25 上半身Ad Yayoi	13:10 呼吸Ba Yoko	13:40 上半身Ba Yuri	13:10 下半Ba① Nasil		13:25 上半身Ba Aimi
	15:00 下半身Ad Asami												16:00 下半Ba① Yayoi			16:00 骨盤Ba Narumi												
					18:15 下半Ba① Kiyono		18:00 上半身Ba Yuri			18:00 呼吸Ad Akie	18:00 骨盤Ba Aimi	18:00 上半身Ad Yayoi	18:00 下半身Ad Asami	クセジョブ Yumico	18:00 呼吸Ba Narumi	18:30 下半Ba① Aimi	18:30 呼吸Ad Nasil	18:00 Asami		18:15 上半身Ba Kiyono			18:00 骨盤Ba Shiho					
					20:05 呼吸Ad Kiyono		19:50 下半Ba① Yuri	20:00 下半身Ad Kanako	19:50 呼吸Ba Akie	19:50 下半Ba① Aimi	19:50 下半Ba② Yayoi	19:50 上半身Ba Asami		骨盤Ba Narumi	上半身Ad Aimi	下半Ba① Nasil	19:50 膝姿勢 Asami	20:00 骨盤Ba Kanako	20:05 下半身Ad Kiyono				19:50 下半Ba② Shiho					
25 日				26 月				27 火				28 水				29 木				30 金				01 土				
DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	DMJ8	DMJ7	麻布	新宿	
9:00 呼吸Ad Aimi	9:30 上半身Ba Nao	9:30 呼吸Ba Narumi	9:30 下半Ba① Rumi	9:30 呼吸Ba Mizuho	9:45 上半身Ba Akie	9:30 下半Ba② Yoko	9:00 下半Ba① Haruka	9:30 下半Ba② Ami	9:30 呼吸Ba Kiyono	10:00 呼吸Ad Nasil	9:30 下半身Ad Yayoi	9:30 呼吸Ad Kiyono	9:15 上半身Ad Haruka	9:30 骨盤Ba Mizuho	10:00 下半Ba① Yuri	9:30 下半Ba① Ami	9:45 下半身Ad Nao	9:30 呼吸Ba Yoko	9:30 下半Ba② Shiho	10:00 呼吸Ad Yuri		9:30 骨盤Ba Mizuho	9:30 呼吸Ba Yayoi					
10:50 下半Ba② Aimi	11:30 クセジョブ Nao	11:20 骨盤Ba Narumi	11:20 上半身Ba Rumi	11:20 骨盤Ba Mizuho	11:35 上半身Ad Akie	11:20 呼吸Ba Yoko	10:50 下半身Ad Haruka	11:20 下半身Ad Ami	11:20 上半身Ba Kiyono	11:50 下半Ba① Nasil	11:20 下半Ba② Yayoi	11:20 下半Ba① Kiyono	11:05 呼吸Ba Haruka	11:20 骨盤Ba Mizuho	11:50 上半身Ad Yuri	11:20 呼吸Ba Ami	11:35 上半身Ad Nao	11:20 骨盤Ba Yoko	11:20 上半身Ba Shiho	11:50 下半Ba① Yuri	12:30 下半Ba② Rumi	11:20 骨盤Ba Mizuho	11:20 下半Ba① Yayoi					
13:00 呼吸Ad Kanako			13:10 上半身Ad Rumi	13:10 呼吸Ba Mizuho	13:25 呼吸Ad Akie	13:10 骨盤Ba Yoko	12:40 上半身Ad Haruka	13:10 骨盤Ba Ami	13:10 下半Ba① Kiyono	13:40 上半身Ba Nasil	13:10 呼吸Ad Yayoi	13:10 下半Ba② Kiyono	12:55 上半身Ba Haruka	13:10 呼吸Ba Mizuho	13:40 下半身Ad Yuri	13:10 上半身Ba Ami	13:25 下半Ba① Nao	13:10 下半Ba② Yoko	13:10 骨盤Ba Shiho	13:40 上半身Ba Yuri	14:20 下半身Ad Rumi	13:10 呼吸Ba Mizuho	13:10 膝姿勢 Yayoi					
	14:50 下半身Ad Kanako																				16:10 呼吸Ba Rumi							
					18:00 有酸素 Aimi		18:00 下半Ba② Yuri			18:00 下半Ba① Shiho	18:00 上半身Ba Asami		18:00 上半身Ba Aimi	18:30 下半Ba① Asami	18:00 骨盤Ba Narumi	18:00 呼吸Ad Nasil	18:00 呼吸Ad Aimi	18:00 下半Ba② Akie		18:30 呼吸Ba Kiyono		18:30 下半Ba① Nasil		18:00 呼吸Ad Asami				
					19:40 下半Ba① Aimi		19:50 呼吸Ad Yuri	20:00 呼吸Ba Kanako	19:50 呼吸Ba Shiho		19:50 呼吸Ad Asami	19:50 呼吸Ad Aimi	20:20 上半身Ad Asami	セカストレッチ Narumi	下半Ba② Nasil	上半身Ad Aimi	下半身Ad Akie	下半Ba② Kanako	下半Ba① Kiyono		20:20 呼吸Ad Nasil		19:50 下半Ba② Asami					