

※レッスンスケジュールは変更になる場合がございます。詳細は予約サイトをご確認ください。

2025		1		Jan.		Tenjin Studio Group Lesson Schedule											
STEP0		STEP1		STEP2		STEP3		MASTER		WS							
20	日	30	月	31	火	1	水	2	木	3	金	4	土				
天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9				
														9:30 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Madoka			
														10:00 桃尻 Sachiko	11:10 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Madoka		
														11:40 骨盤調整 Sachiko	12:50 くびれ Madoka		
														13:20 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Sachiko			
5	日	6	月	7	火	8	水	9	木	10	金	11	土				
天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9				
				9:00 呼吸で膝UP Madoka	9:30 桃尻 Megumi	9:30 桃尻 Megumi	10:00 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Chiaki	9:30 桃尻 Madoka	11:10 呼吸で膝UP Megumi	9:30 呼吸で膝UP Madoka	9:30 骨盤調整 Megumi	9:30 骨盤調整 Megumi	9:30 骨から美*ﾃﾞｲ Madoka	11:20 体験ﾈﾝ Madoka			
		10:00 桃尻 Chiaki	10:50 体験ﾈﾝ Madoka	11:10 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Megumi	12:50 骨盤調整 Megumi	10:30 桃尻 Ako	11:10 呼吸で膝UP Megumi	12:10 骨盤調整 Ako	12:50 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Megumi	11:30 骨盤調整 Mayumi	11:10 桃尻 Megumi	10:00 呼吸で膝UP Sachiko	11:40 脚まっすぐ Chiaki	11:40 呼吸で膝UP Sachiko	12:50 くびれ Madoka		
	定休日	11:40 骨盤調整 Chiaki		12:50 骨盤調整 Megumi	11:40 呼吸で膝UP Chiaki	12:10 骨盤調整 Ako	13:50 くびれ Ako	15:00 骨から美*ﾃﾞｲ Sachiko	13:00 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Mayumi	13:00 脚まっすぐ Sachiko	11:40 脚まっすぐ Ako	12:50 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Ako	11:40 脚まっすぐ Chiaki	15:00 骨盤調整 Sachiko	16:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Sachiko		
		13:20 くびれ Chiaki		13:20 脚まっすぐ Chiaki	13:20 脚まっすぐ Chiaki	13:50 くびれ Ako	16:40 脚まっすぐ Sachiko		14:30 骨から美*ﾃﾞｲ Mayumi	13:20 くびれ Sachiko	14:20 劇的脂肪燃焼 Ako	13:20 桃尻 Chiaki	15:00 骨盤調整 Sachiko				
		16:40 骨から美*ﾃﾞｲ Sachiko		16:40 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Sachiko	18:20 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Sachiko	18:45 桃尻 Yuuna	18:45 脚まっすぐ Sachiko		19:00 くびれ Eri	18:45 呼吸で膝UP Yuuna	18:20 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Eri	18:20 呼吸で膝UP Eri					
		18:20 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Sachiko		18:20 くびれ Sachiko	18:00 骨から美*ﾃﾞｲ Madoka	20:00 呼吸で膝UP Sachiko	20:25 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Yuuna	19:00 くびれ Eri	18:45 呼吸で膝UP Yuuna	20:25 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Yuuna	19:00 呼吸で膝UP Yuuna	18:20 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Eri					
12	日	13	月	14	火	15	水	16	木	17	金	18	土				
天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9				
9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Eri		9:00 桃尻 Madoka		9:30 骨盤調整 Megumi	11:20 体験ﾈﾝ Megumi	9:30 桃尻 Megumi	10:30 脚まっすぐ Ako	9:30 呼吸で膝UP Madoka	10:00 桃尻 Chiaki	9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Megumi	10:00 桃尻 Sachiko	11:10 呼吸で膝UP Megumi	11:40 呼吸で膝UP Sachiko				
11:10 桃尻 Eri	10:00 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Mayumi	10:40 骨から美*ﾃﾞｲ Madoka		11:30 桃尻 Mayumi	11:20 体験ﾈﾝ Megumi	11:10 呼吸で膝UP Megumi	12:00 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Ako	11:10 脚まっすぐ Madoka	11:30 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Mayumi	11:10 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Megumi	11:40 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Sachiko	11:40 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Sachiko	12:50 骨盤調整 Sachiko	13:20 骨から美*ﾃﾞｲ Sachiko			
12:50 脚まっすぐ Eri	13:00 くびれ Mayumi	12:20 骨盤調整 Chiaki	12:30 くびれ Mayumi	13:10 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Mayumi	14:50 骨から美*ﾃﾞｲ Mayumi	14:00 骨盤調整 Sachiko	13:30 劇的脂肪燃焼 Ako	13:10 骨盤調整 Mayumi	14:40 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Chiaki	11:10 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Megumi	12:50 骨盤調整 Ako	14:30 骨から美*ﾃﾞｲ Ako	14:30 呼吸で膝UP Chiaki	15:00 骨盤調整 Sachiko	定休日		
14:30 骨盤調整 Yuuna	14:00 呼吸で膝UP Mayumi	14:00 呼吸で膝UP Chiaki	14:00 脚まっすぐ Mayumi	14:00 呼吸で膝UP Chiaki	15:30 桃尻 Mayumi	15:40 くびれ Sachiko	17:00 脚まっすぐ Chiaki	14:50 呼吸で膝UP Mayumi	14:40 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Chiaki	14:30 骨から美*ﾃﾞｲ Chiaki	16:10 呼吸で膝UP Chiaki	17:50 脚まっすぐ Chiaki	16:10 呼吸で膝UP Chiaki	17:50 骨盤調整 Yuuna			
16:10 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Yuuna	15:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Chiaki	15:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Chiaki		18:00 呼吸で膝UP Madoka	18:00 呼吸で膝UP Madoka	18:45 桃尻 Yuuna	18:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Chiaki	19:00 くびれ Eri	18:45 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Yuuna	18:45 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Yuuna	17:50 脚まっすぐ Chiaki	17:50 脚まっすぐ Chiaki	16:10 桃尻 Yuuna	17:50 骨盤調整 Yuuna			
17:50 桃尻 Yuuna				19:40 骨盤調整 Madoka	19:40 骨盤調整 Madoka	20:25 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Yuuna		20:40 桃尻 Eri	20:25 脚まっすぐ Yuuna	20:40 脚まっすぐ Yuuna	20:40 脚まっすぐ Yuuna	20:40 脚まっすぐ Yuuna	19:40 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Eri	19:40 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Eri			
19	日	20	月	21	火	22	水	23	木	24	金	25	土				
天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9				
9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Sachiko		9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Sumiko		9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Megumi	11:10 呼吸で膝UP Megumi	9:30 骨盤調整 Megumi	10:30 桃尻 Ako	9:30 呼吸で膝UP Madoka	10:00 骨盤調整 Chiaki	10:00 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Chiaki	9:30 骨盤調整 Megumi	9:30 骨盤調整 Madoka	10:00 桃尻 Chiaki	11:40 呼吸で膝UP Chiaki			
		10:00 桃尻 Chiaki		11:10 呼吸で膝UP Chiaki	11:10 呼吸で膝UP Megumi	11:10 呼吸で膝UP Megumi	12:10 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Ako	11:10 脚まっすぐ Madoka	11:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Mayumi	11:40 脚まっすぐ Chiaki	11:10 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Megumi	11:10 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Madoka	11:10 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Chiaki	11:40 呼吸で膝UP Chiaki			
11:10 骨盤調整 Sachiko	11:00 桃尻 Mayumi	11:40 呼吸で膝UP Chiaki	11:10 骨盤調整 Sumiko	11:10 呼吸で膝UP Chiaki	11:30 くびれ Mayumi	12:10 呼吸で膝UP Megumi	13:50 脚まっすぐ Ako	12:50 くびれ Chiaki	13:00 桃尻 Mayumi	13:20 くびれ Chiaki	12:50 骨盤調整 Ako	12:50 骨盤調整 Madoka	12:50 骨から美*ﾃﾞｲ Madoka	13:20 脚まっすぐ Chiaki			
12:50 骨から美*ﾃﾞｲ Sachiko	14:00 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Mayumi	13:20 脚まっすぐ Chiaki	12:50 骨から美*ﾃﾞｲ Sumiko	12:50 呼吸で膝UP Megumi	14:30 脚まっすぐ Mayumi	14:00 呼吸で膝UP Chiaki	15:00 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Sachiko	14:30 呼吸で膝UP Chiaki	14:30 骨から美*ﾃﾞｲ Mayumi	14:30 骨から美*ﾃﾞｲ Mayumi	14:20 劇的脂肪燃焼 Ako	14:30 呼吸で膝UP Chiaki	14:30 呼吸で膝UP Chiaki	15:00 骨盤調整 Sachiko			
14:30 くびれ Yuuna	14:00 脚まっすぐ Mayumi			18:00 呼吸で膝UP Madoka	18:00 呼吸で膝UP Madoka	18:45 骨盤調整 Yuuna	16:40 骨から美*ﾃﾞｲ Sachiko	19:00 くびれ Eri	18:45 骨盤調整 Yuuna	18:45 呼吸で膝UP Yuuna	18:20 骨盤調整 Sachiko	18:00 脚まっすぐ Eri	16:10 桃尻 Yuuna	17:50 骨盤調整 Yuuna			
16:10 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Yuuna	15:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Mayumi		16:20 桃尻 Sumiko	19:00 骨盤調整 Eri	18:00 くびれ Sumiko	20:25 くびれ Yuuna		20:40 桃尻 Eri	20:25 脚まっすぐ Yuuna	20:00 脚まっすぐ Yuuna	20:00 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Eri	19:40 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Eri	16:10 桃尻 Yuuna	17:50 骨盤調整 Yuuna			
		20:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Eri		20:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Sumiko	呼吸で膝up Sumiko												
26	日	27	月	28	火	29	水	30	木	31	金	1	土				
天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9	天神8	天神9				
		9:00 骨から美*ﾃﾞｲ Sachiko		9:30 桃尻 Megumi	11:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Mayumi	9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Megumi	10:30 くびれ Ako	9:30 桃尻 Madoka	11:30 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Mayumi	9:30 骨盤調整 Megumi	10:00 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Sachiko	9:30 骨盤調整 Megumi	9:30 骨盤調整 Megumi				
		10:00 桃尻 Eri	11:10 脚まっすぐ Sachiko	10:40 骨盤調整 Madoka	10:00 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Chiaki	11:10 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Megumi	11:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Mayumi	11:10 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Megumi	13:00 くびれ Ako	11:10 呼吸で膝UP Mayumi	11:40 脚まっすぐ Sachiko	11:10 呼吸で膝UP Megumi	11:40 脚まっすぐ Sachiko				
11:40 呼吸で膝UP Eri				11:40 桃尻 Chiaki	12:50 骨盤調整 Megumi	13:00 くびれ Mayumi	12:00 呼吸で膝UP Ako	13:10 骨盤調整 Mayumi	14:50 呼吸で膝UP Mayumi	11:10 呼吸で膝UP Megumi	12:50 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Ako	13:20 骨から美*ﾃﾞｲ Sachiko	11:40 脚まっすぐ Sachiko				
13:20 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Eri	13:00 体験ﾈﾝ Sachiko			13:20 くびれ Chiaki	14:30 呼吸で膝UP Chiaki	14:30 骨から美*ﾃﾞｲ Mayumi	14:00 脚まっすぐ Sachiko	13:30 劇的脂肪燃焼 Ako	14:50 呼吸で膝UP Mayumi	12:50 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Ako	14:30 骨から美*ﾃﾞｲ Sachiko	13:20 骨から美*ﾃﾞｲ Sachiko	16:00 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Chiaki				
		16:20 呼吸で膝UP Sachiko		16:10 桃尻 Chiaki	18:00 脚まっすぐ Madoka	17:50 骨盤調整 Chiaki	15:40 骨盤調整 Sachiko	18:45 桃尻 Yuuna	19:00 桃尻 Eri	18:45 *デｲｲｸﾞﾗｽ (上半身) Yuuna	17:40 骨盤調整 Chiaki	16:00 *デｲｲｸﾞﾗｽ (下半身) Chiaki					
		18:00 桃尻 Sachiko		18:00 脚まっすぐ Madoka	17:50 骨盤調整 Chiaki	18:45 桃尻 Yuuna	20:25 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Yuuna	20:40 呼吸で膝UP Eri	20:40 脚まっすぐ Yuuna	20:25 脚まっすぐ Yuuna	20:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌﾟﾏﾞ Chiaki						