※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。

STEP0 / STEP1 / STEP1.5 / STEP2 / STEP3 / MASTER / WS

2025 3 Mar. Tenjin Studio Group Lesson Schedule

23 日	24 月	25 火	26 水	27 木	28 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 9:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Eri 10:40 くびれ Eri 12:20 桃尻 Eri 15:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Chiaki 16:40 呼吸で腹UP Chiaki 天神9 9:30 骨盤調整 Madoka 11:10 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Madoka 13:10 体験ﾚｯｽﾝ Madoka

2 日	3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土
天神8 10:30 呼吸で腹UP Mayumi 12:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Mayumi 13:30 骨盤調整 Mayumi 15:00 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Mayumi 天神9 10:30 くびれ Yuuna 11:10 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Yuuna 12:50 桃尻 Yuuna	天神8 9:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Madoka 10:40 骨から美ﾎﾞﾃﾞｨ Madoka 12:10 呼吸で腹UP Ako 13:50 骨盤調整 Ako 15:30 桃尻 Mayumi 17:10 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Mayumi 18:50 呼吸で腹UP Mayumi 天神9 10:00 骨盤調整 Chiaki 11:40 くびれ Chiaki 13:20 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Chiaki	天神8 9:30 呼吸で腹UP Megumi 11:10 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Megumi 12:50 桃尻 Megumi 14:30 くびれ Mayumi 16:40 呼吸で腹UP Sachiko 18:20 骨盤調整 Sachiko 20:00 桃尻 Sachiko 天神9 11:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Mayumi 13:00 骨盤調整 Mayumi 18:00 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Madoka 19:40 脚まっすぐ Madoka	天神8 10:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Chiaki 11:40 骨盤調整 Chiaki 13:20 桃尻 Chiaki 18:45 呼吸で腹UP Yuuna 20:25 くびれ Yuuna 天神9 10:30 脚まっすぐ Ako 12:00 骨から美ｳｫｰｸ Ako 13:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Ako	定休日	天神8 9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Megumi 11:10 骨盤調整 Megumi 12:50 呼吸で腹UP Ako 14:20 桃尻 Ako 16:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Sachiko 17:40 くびれ Sachiko 19:20 桃尻 Sachiko 天神9 11:10 くびれ Ako 13:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Chiaki 14:40 脚まっすぐ Chiaki	天神8 9:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Chiaki 11:10 呼吸で腹UP Chiaki 12:50 くびれ Chiaki 天神9

9 日	10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土
天神8 10:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Yuuna 11:40 呼吸で腹UP Yuuna 13:20 くびれ Yuuna 15:00 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Mayumi 16:40 桃尻 Mayumi 18:20 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Mayumi 天神9 9:30 骨盤調整 Sachiko 11:10 脚まっすぐ Sachiko 13:10 体験ﾚｯｽﾝ Sachiko	天神8 10:00 くびれ Chiaki 11:40 下腹強化 Chiaki 13:20 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Chiaki 天神9 9:30 呼吸で腹UP Megumi 11:10 桃尻 Megumi 12:40 骨盤調整 Ako 14:10 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Ako	天神8 9:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Megumi 11:10 骨盤調整 Megumi 12:50 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Megumi 14:30 下腹強化 Chiaki 18:45 呼吸で腹UP Eri 20:25 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Eri 天神9 10:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Chiaki 11:30 呼吸で腹UP Mayumi 13:00 桃尻 Mayumi 14:30 くびれ Mayumi 18:45 脚まっすぐ Yuuna 20:25 桃尻 Yuuna	定休日	天神8 9:30 骨盤調整 Madoka 11:10 くびれ Madoka 13:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Mayumi 14:40 桃尻 Mayumi 18:45 骨盤調整 Eri 20:25 くびれ Eri 天神9 10:00 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Chiaki 11:30 脚まっすぐ Mayumi 13:10 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Chiaki 14:50 呼吸で腹UP Chiaki	天神8 10:00 下腹強化 Sachiko 11:40 桃尻 Sachiko 13:20 くびれ Sachiko 15:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Sachiko 17:40 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Chiaki 19:20 下腹強化 Chiaki 天神9 9:30 呼吸で腹UP Megumi 11:10 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Megumi 12:50 骨から美ﾎﾞﾃﾞｨ Ako 14:20 脚まっすぐ Ako 16:00 骨盤調整 Chiaki	天神8 9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Madoka 11:10 下腹強化 Madoka 12:50 骨盤調整 Madoka 天神9 10:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Eri 11:40 桃尻 Eri 13:20 呼吸で腹UP Eri

16 日	17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土
天神8 10:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Sachiko 11:40 くびれ Sachiko 13:20 呼吸で腹UP Sachiko 15:00 下腹強化 Sachiko 天神9 9:30 脚まっすぐ Eri 11:10 骨盤調整 Eri 12:50 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Eri	天神8 9:00 呼吸で腹UP Madoka 10:40 骨から美ﾎﾞﾃﾞｨ Madoka 12:20 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Mayumi 14:00 骨盤調整 Mayumi 15:40 骨から美ｳｫｰｸ Yayoi 18:00 体験ﾚｯｽﾝ Yayoi 天神9 10:00 桃尻 Chiaki 11:40 下腹強化 Chiaki 13:20 くびれ Chiaki 18:20 呼吸で腹UP Sachiko 20:00 骨盤調整 Sachiko	天神8 9:30 骨盤調整 Megumi 11:10 桃尻 Megumi 12:50 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Megumi 14:30 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Sachiko 16:10 骨から美ｳｫｰｸ Sachiko 18:45 くびれ Eri 20:25 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Yuuna 天神9 11:30 骨から美ﾎﾞﾃﾞｨ Mayumi 13:00 呼吸で腹UP Mayumi 14:30 下腹強化 Mayumi 18:00 骨盤調整 Madoka 19:40 桃尻 Madoka	天神8 10:30 くびれ Ako 12:00 桃尻 Ako 13:30 下腹強化 Ako 18:45 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Yuuna 20:25 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Yuuna 天神9 9:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Megumi 11:10 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Megumi 12:50 骨盤調整 Chiaki 14:30 呼吸で腹UP Chiaki	天神8 9:00 桃尻 Madoka 11:10 骨盤調整 Madoka 13:00 下腹強化 Mayumi 14:30 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Mayumi 16:00 桃尻 Mayumi 天神9 9:30 呼吸で腹UP Eri 11:10 骨盤調整 Eri 14:30 骨から美ﾎﾞﾃﾞｨ Haruka	定休日	天神8 9:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Madoka 11:10 呼吸で腹UP Madoka 12:50 骨盤調整 Kiyono 14:30 くびれ Kiyono 16:10 骨から美ﾎﾞﾃﾞｨ Kiyono 天神9 10:00 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Chiaki 11:40 脚まっすぐ Chiaki 13:20 下腹強化 Chiaki 15:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Yuuna 16:40 桃尻 Yuuna

23 日	24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土
天神8 9:30 桃尻 Kiyono 12:00 体験ﾚｯｽﾝ Kiyono 16:40 下腹強化 Yuuna 18:20 桃尻 Yuuna 天神9 10:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Sachiko 11:40 脚まっすぐ Sachiko 13:20 骨盤調整 Sachiko 15:00 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Yuuna	定休日	天神8 9:30 骨盤調整 Megumi 11:10 呼吸で腹UP Megumi 12:50 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Megumi 14:30 桃尻 Mayumi 18:45 下腹強化 Eri 20:25 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Eri 天神9 11:30 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Mayumi 13:00 脚まっすぐ Mayumi	天神8 9:30 下腹強化 Sachiko 11:10 桃尻 Sachiko 12:50 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Sachiko 18:45 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Yuuna 20:25 骨盤調整 Yuuna 天神9 10:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Ako 12:00 呼吸で腹UP Ako 13:30 骨盤調整 Ako	天神8 9:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Madoka 11:10 下腹強化 Madoka 13:00 呼吸で腹UP Mayumi 14:40 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Mayumi 18:45 桃尻 Eri 20:25 呼吸で腹UP Eri 天神9 10:00 呼吸で腹UP Chiaki 11:30 くびれ Mayumi 13:10 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Chiaki 14:50 桃尻 Chiaki	天神8 9:30 呼吸で腹UP Megumi 11:10 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Megumi 12:50 桃尻 Ako 14:30 下腹強化 Ako 16:10 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Chiaki 17:50 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Chiaki 天神9 10:00 脚まっすぐ Sachiko 11:40 くびれ Sachiko 13:20 骨から美ｳｫｰｸ Sachiko 15:00 骨盤調整 Sachiko	天神8 9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Madoka 11:10 骨盤調整 Madoka 12:50 桃尻 Madoka 天神9 9:00 呼吸で腹UP Eri 10:40 下腹強化 Eri 12:20 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Eri

30 日	31 月	1 火	2 水	3 木	4 金	5 土
天神8 9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Sachiko 11:10 下腹強化 Sachiko 12:50 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Sachiko 14:30 くびれ Sachiko 天神9 10:00 骨盤調整 Yuuna 11:40 桃尻 Yuuna 13:20 呼吸で腹UP Yuuna	天神8 9:00 桃尻 Madoka 10:40 脚まっすぐ Madoka 13:20 呼吸で腹UP Chiaki 16:40 骨盤調整 Sachiko 18:20 桃尻 Sachiko 20:00 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Sachiko 天神9 10:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Chiaki 11:40 くびれ Chiaki	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