

※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		4		Apr.		Tenjin Studio Group Lesson Schedule											
30	日	31	月	1	火	2	水	3	木	4	金	5	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 骨盤調整 Megumi		10:30 下腹強化 Ako	9:30 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Megumi	9:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Madoka	10:00 くびれ Chiaki			9:30 脚まっすく Madoka	9:00 下腹強化 Eri				
				11:10 桃尻 Megumi	11:30 くびれ Mayumi	12:10 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Ako	11:10 呼吸で腰UP Megumi	11:10 骨から美*デ*イ Madoka	11:30 呼吸で腰UP Mayumi				11:10 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Madoka	10:40 骨盤調整 Eri			
				12:50 呼吸で腰UP Megumi	13:00 下腹強化 Mayumi	13:50 骨から美*デ*イ Ako		12:50 骨盤調整 Chiaki	13:00 桃尻 Mayumi			12:50 骨から美*デ*イ Madoka	*デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Eri				
				14:30 脚まっすく Mayumi				14:30 下腹強化 Sachiko	14:30 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Mayumi	定休日		15:40 呼吸で腰UP Yuuna	14:00 桃尻 Yuuna				
				18:00 桃尻 Madoka			18:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Yuuna	18:20 くびれ Sachiko	18:45 骨盤調整 Eri								
				19:40 下腹強化 Madoka			20:10 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Yuuna	20:00 桃尻 Sachiko	20:25 脚まっすく Eri								
6	日	7	月	8	火	9	水	10	木	11	金	12	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 骨盤調整 Madoka	10:00 下腹強化 Chiaki	9:30 呼吸で腰UP Megumi		10:30 脚まっすく Ako	9:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Megumi	9:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Madoka	10:00 骨盤調整 Chiaki	10:00 下腹強化 Chiaki	9:30 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Megumi	9:30 桃尻 Madoka	10:00 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Chiaki				
		10:40 桃尻 Madoka	11:40 くびれ Chiaki	11:10 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Megumi	11:30 桃尻 Mayumi	12:10 骨から美*デ*イ Ako	11:20 体験*メ*ン*ス Megumi	11:10 骨から美*デ*イ Madoka	11:30 呼吸で腰UP Mayumi	11:40 くびれ Chiaki	11:10 呼吸で腰UP Megumi	11:10 骨から美*デ*イ Madoka	*デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Chiaki				
		13:20 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Chiaki		12:50 骨盤調整 Megumi	13:00 骨から美*デ*イ Mayumi	13:50 骨盤調整 Ako	14:30 呼吸で腰UP Sachiko	12:50 桃尻 Chiaki	13:00 下腹強化 Mayumi			12:50 脚まっすく Ako	13:20 呼吸で腰UP Chiaki				
定休日		15:00 骨から美*デ*イ Sachiko		14:30 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Mayumi				14:30 脚まっすく Chiaki	14:30 くびれ Mayumi			14:20 桃尻 Ako	15:00 骨盤調整 Chiaki				
		16:40 下腹強化 Sachiko		16:40 くびれ Sachiko		16:10 桃尻 Sachiko							16:10 くびれ Sachiko				
		18:20 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Sachiko	18:30 呼吸で腰UP Yuuna	18:20 呼吸で腰UP Sachiko	18:00 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Madoka	17:50 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Sachiko		19:00 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Eri		18:00 下腹強化 Ako	19:00 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Eri						
		20:10 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Yuuna		20:00 脚まっすく Sachiko	19:40 下腹強化 Madoka					19:40 くびれ Ako	20:40 桃尻 Eri						
13	日	14	月	15	火	16	水	17	木	18	金	19	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				
10:00 呼吸で腰UP Mayumi	9:30 骨盤調整 Sachiko	9:00 下腹強化 Madoka	10:00 呼吸で腰UP Chiaki	9:30 骨盤調整 Megumi	10:00 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Chiaki	10:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Ako	9:30 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Megumi	10:00 骨盤調整 Ako	11:30 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Mayumi	9:30 呼吸で腰UP Megumi	10:00 骨から美*デ*イ Ako	9:00 呼吸で腰UP Eri	9:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Madoka				
11:40 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Mayumi	11:10 骨から美*デ*イ Sachiko	10:40 くびれ Madoka	11:40 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Chiaki	11:10 桃尻 Megumi	11:30 呼吸で腰UP Mayumi	12:10 呼吸で腰UP Ako	11:10 骨盤調整 Megumi	11:40 脚まっすく Chiaki	11:30 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Mayumi	11:10 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Megumi	11:30 骨盤調整 Ako	10:40 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Eri	11:20 体験*メ*ン*ス Madoka				
13:20 下腹強化 Mayumi	13:00 体験*メ*ン*ス Sachiko	13:20 骨盤調整 Chiaki		12:50 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Megumi	13:00 下腹強化 Mayumi	13:50 下腹強化 Ako		13:20 桃尻 Chiaki	13:00 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Mayumi	12:50 桃尻 Sachiko	13:00 くびれ Ako	12:20 骨盤調整 Eri					
15:00 くびれ Mayumi					14:30 くびれ Mayumi			16:40 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Yuuna	14:30 呼吸で腰UP Mayumi	14:30 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Sachiko		14:00 桃尻 Yuuna	15:40 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Yuuna				
		16:20 桃尻 Sachiko				18:30 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Yuuna		18:20 下腹強化 Yuuna	19:00 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Eri	18:30 骨盤調整 Yuuna		17:20 下腹強化 Yuuna					
		18:00 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Sachiko		18:00 呼吸で腰UP Madoka				20:00 くびれ Yuuna	20:40 呼吸で腰UP Eri	20:10 桃尻 Yuuna							
20	日	21	月	22	火	23	水	24	木	25	金	26	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				
*デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Yuuna	*デ*イ*メ*ン*ス (下半身) En	10:00 桃尻 Chiaki	9:00 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Madoka	10:00 骨盤調整 Chiaki	*デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Megumi	10:30 骨から美*デ*イ Ako	11:20 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Megumi	9:30 桃尻 Megumi	9:30 骨盤調整 Madoka			9:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Madoka	10:00 桃尻 Chiaki				
11:10 呼吸で腰UP Yuuna	10:40 桃尻 En	*デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Chiaki	10:40 脚まっすく Madoka	11:30 桃尻 Mayumi	11:20 体験*メ*ン*ス Megumi	10:30 骨から美*デ*イ Ako	*デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Megumi	11:10 下腹強化 Madoka	11:30 脚まっすく Mayumi			11:10 骨盤調整 Madoka	11:40 くびれ Chiaki				
12:50 骨盤調整 Yuuna	12:20 下腹強化 Eri	13:20 骨盤調整 Chiaki		13:10 骨から美*デ*イ Mayumi		12:10 呼吸で腰UP Ako		13:10 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Mayumi	13:00 呼吸で腰UP Mayumi				*デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Chiaki				
14:30 くびれ Yuuna		15:00 呼吸で腰UP Sachiko		14:50 呼吸で腰UP Mayumi		13:50 くびれ Ako	13:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Sachiko	14:50 桃尻 Mayumi		定休日		14:30 呼吸で腰UP Yuuna	15:00 脚まっすく Chiaki				
		16:40 下腹強化 Sachiko		16:50 下腹強化 Sachiko		16:50 下腹強化 Sachiko	15:10 骨盤調整 Sachiko					16:10 下腹強化 Yuuna					
		18:30 骨から美*デ*イ Sachiko	18:00 くびれ Mayumi	18:00 骨盤調整 Madoka		18:30 桃尻 Yuuna	*デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Eri	19:00 下腹強化 Eri	18:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Yuuna								
		19:40 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Madoka		19:40 脚まっすく Madoka		20:10 呼吸で腰UP Yuuna	20:40 くびれ Eri	20:40 脚まっすく Eri	20:10 骨盤調整 Yuuna								
27	日	28	月	29	火	30	水	1	木	2	金	3	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 下腹強化 Sachiko				9:30 骨盤調整 Eri	10:00 体験*メ*ン*ス Megumi	9:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Megumi											
11:10 くびれ Sachiko	10:30 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Mayumi			11:10 下腹強化 Eri		11:10 *デ*イ*メ*ン*ス (上半身) Megumi	10:30 呼吸で腰UP Ako										
12:50 骨盤調整 Sachiko	12:00 脚まっすく Mayumi			12:50 くびれ Eri		12:50 脚まっすく Sachiko	*デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Ako										
14:30 桃尻 Yuuna	13:30 呼吸で腰UP Mayumi	定休日		14:00 桃尻 Madoka		14:30 骨盤調整 Sachiko	13:30 桃尻 Ako										
16:10 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Yuuna	15:10 骨から美*デ*イ Mayumi			15:30 骨から美*デ*イ Madoka		16:10 下腹強化 Sachiko											
17:50 *デ*イ*メ*ン*ス (下半身) Yuuna						18:30 小顔・*ハ*ス*テ*ア* Yuuna	20:10 骨盤調整 Yuuna										