※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 7 Jul. Tenjin Studio Group Lesson Schedule

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

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 くびれ Sumiko 9:30 呼吸で腹UP Eri 11:40 骨から美ﾎﾞﾃﾞｨ Sumiko 11:10 骨盤調整 Eri 12:50 桃尻 Eri 14:00 体験ﾚｯｽﾝ Sumiko	9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Madoka 10:00 骨盤調整 Mayumi 11:10 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Madoka 11:40 脚まっすぐ Mayumi 12:50 呼吸で腹UP Madoka 13:20 桃尻 Mayumi 14:30 骨盤調整 Sachiko 18:00 下腹強化 Sachiko 18:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） E-rika 19:40 くびれ Sachiko 20:10 呼吸で腹UP E-rika	9:30 下腹強化 Megumi 10:00 くびれ Chiaki 11:10 骨盤調整 Megumi 11:40 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Chiaki 12:50 桃尻 Megumi 13:20 呼吸で腹UP Chiaki	定休日	10:00 呼吸で腹UP Chiaki 11:40 下腹強化 Chiaki 13:20 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Chiaki 18:30 骨盤調整 E-rika 20:10 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） E-rika	11:10 くびれ Mayumi 12:50 骨から美ﾎﾞﾃﾞｨ Mayumi 14:30 脚まっすぐ Mayumi	10:00 骨から美ｳｫｰｸ Ako 11:40 呼吸で腹UP Ako 13:20 くびれ Ako 15:00 桃尻 Sachiko 18:30 脚まっすぐ Sachiko 20:10 下腹強化 Sachiko	9:30 脚まっすぐ Megumi 11:10 下腹強化 Megumi 12:50 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） E-rika 14:30 呼吸で腹UP E-rika	9:00 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Eri 10:40 脚まっすぐ Eri 12:20 下腹強化 Eri	9:30 骨から美ｳｫｰｸ Madoka 11:20 体験ﾚｯｽﾝ Madoka

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

27 日	28 月	29 火	30 水	31 木	1 金	2 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 呼吸で腹UP Yuuna 9:00 桃尻 Eri 11:10 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） Yuuna 10:40 脚まっすぐ Eri 12:50 下腹強化 Yuuna 12:20 くびれ Eri	10:00 くびれ Chiaki 9:30 骨盤調整 E-rika 11:40 下腹強化 Chiaki 11:10 呼吸で腹UP E-rika 13:20 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Chiaki 12:50 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） E-rika 18:30 呼吸で腹UP Yuuna 20:10 骨盤調整 Yuuna	10:00 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Mayumi 9:30 脚まっすぐ Megumi 11:40 呼吸で腹UP Mayumi 11:10 桃尻 Megumi 13:20 くびれ Mayumi 13:00 体験ﾚｯｽﾝ Megumi 15:00 下腹強化 Yuuna 18:30 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Yuuna 20:10 脚まっすぐ Yuuna	9:30 骨から美ﾎﾞﾃﾞｨ Sachiko 10:00 呼吸で腹UP Ako 11:10 骨盤調整 Sachiko 11:40 小顔・ﾊﾞｽﾄｱｯﾌﾟ Ako 12:50 呼吸で腹UP E-rika 13:20 下腹強化 Ako 14:30 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（上半身） E-rika 18:45 ﾎﾞﾃﾞｨﾒﾝﾃﾅﾝｽ（下半身） Eri 18:00 骨盤調整 Chiaki 20:25 下腹強化 Eri 19:40 くびれ Chiaki	定休日		