※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	STEP4	WS
		YumiCoreBody				

2025 9 Sept OSAKA /KOBE Studio Group Lesson Schedule

ダウンロードはこちら

1 月

定休日

2 火

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 全身リフトアップ Marsa	10:00 美尻美脚 Yukari	10:20 上半身ご褒美はCL Yuko	9:30 骨盤調整 Chihiro	10:00 体験レッスン Miki
11:10 下腹ぺたんこ Marsa	11:40 桃尻 Yukari	12:00 小顔・ハストアップ Yuko	11:10 小顔・ハストアップ Chihiro	
12:50 ウエスト引き締め Marsa	13:20 呼吸で腹UP Yukari	13:40 骨盤調整 Yuko	12:50 下腹ぺたんこ Chihiro	
18:30 下半身ご褒美はCL Kiri		15:20 60分P Yuko		
20:10 呼吸で腹UP Kiri				

3 水

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00 下腹ぺたんこ Yukari	10:20 小顔・ハストアップ Kozue	9:30 下半身ご褒美はCL Aoi	9:30 上半身ご褒美はCL Miki	13:20 呼吸で腹UP Ai
11:40 美尻美脚 Yukari	12:00 骨盤調整 Kozue	11:10 上半身ご褒美はCL Aoi	11:10 骨盤調整 Miki	15:00 下半身ご褒美はCL Ai
13:20 上半身メリハリボディ Yukari	13:40 桃尻 Kozue	12:50 呼吸で腹UP Aoi	12:50 下腹ぺたんこ Miki	
18:00 下腹ぺたんこ Kiri			18:30 小顔・ハストアップ Yoshie	
19:40 骨盤調整 Kiri			20:10 呼吸で腹UP Yoshie	

4 木

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 下腹ぺたんこ Sumiko	10:00 呼吸で腹UP Yuko	18:30 ウエスト引き締め Sayo	18:30 上半身ご褒美はCL Yoshie	
11:10 骨盤調整 Sumiko	11:40 上半身メリハリボディ Yuko	20:10 上半身ご褒美はCL Sayo	20:10 下半身ご褒美はCL Yoshie	
12:50 桃尻 Sumiko	13:20 呼吸で腹UP Yuko			
18:00 桃尻 Sumiko	15:00 60分P Yuko			
19:40 美尻美脚 Sumiko				

5 金

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00 桃尻 Kiri	9:30 上半身ご褒美はCL Hitomi	10:30 60分P Yuko	9:30 小顔・ハストアップ Miki	13:20 骨盤調整 Kokoro
11:40 下腹ぺたんこ Kiri	11:10 下半身ご褒美はCL Hitomi	12:10 60分P Sayo	11:10 下腹ぺたんこ Miki	15:00 上半身ご褒美はCL Kokoro
13:20 美尻美脚 Kiri	12:50 骨盤調整 Hitomi	13:30 60分P Sayo	12:50 桃尻 Miki	
16:40 60分P Chihiro	14:30 呼吸で腹UP Kozue		18:30 骨盤調整 Miki	
18:00 上半身メリハリボディ Chihiro	16:10 小顔・ハストアップ Kozue		20:10 呼吸で腹UP Miki	
19:40 ウエスト引き締め Chihiro				

6 土

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 ウエスト引き締め Marsa	10:00 小顔・ハストアップ Maiko	10:20 美尻美脚 Kiri	9:30 上半身ご褒美はCL Mika	13:20 下半身ご褒美はCL Kokoro
11:20 体験レッスン Marsa	11:40 桃尻 Maiko	12:00 下腹ぺたんこ Kiri	11:10 上半身ご褒美はCL Mika	15:00 呼吸で腹UP Kokoro
14:30 骨盤調整 Hitomi	13:20 全身リフトアップ Maiko	13:40 呼吸で腹UP Kiri	12:50 骨盤調整 Mika	
16:10 下半身ご褒美はCL Hitomi	15:10 60分P Sayo			

7 日

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00 小顔・ハストアップ Yoshie	9:30 呼吸で腹UP Kokoro	10:20 下腹ぺたんこ Sayo	9:30 桃尻 Maiko	9:50 上半身ご褒美はCL Mika
11:40 美尻美脚 Yoshie	11:10 上半身ご褒美はCL Kokoro	12:00 骨盤調整 Sayo	11:20 体験レッスン Maiko	11:30 呼吸で腹UP Mika
13:20 桃尻 Yoshie	12:50 下半身ご褒美はCL Kokoro	13:40 ウエスト引き締め Sayo		13:10 骨盤調整 Mika

8 月

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 全身リフトアップ Yukari	10:00 小顔・ハストアップ Kozue	11:00 60分P Sayo	10:20 小顔・ハストアップ Chihiro	9:30 ウエスト引き締め Maiko
11:10 ウエスト引き締め Yukari	11:40 呼吸で腹UP Kozue	12:20 60分P Sayo	12:00 下腹ぺたんこ Chihiro	11:10 骨盤調整 Maiko
12:50 下腹ぺたんこ Yukari	13:20 骨盤調整 Kozue		13:40 美尻美脚 Chihiro	
18:30 小顔・ハストアップ Sumiko			18:30 呼吸で腹UP Yoshie	
20:10 桃尻 Sumiko			20:10 小顔・ハストアップ Yoshie	

9 火

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 桃尻 Marsa	10:00 小顔・ハストアップ Yuko	10:20 骨盤調整 Hitomi	10:20 小顔・ハストアップ Kozue	10:00 体験レッスン Miki
11:10 ウエスト引き締め Marsa	11:40 上半身メリハリボディ Yuko	12:00 下半身ご褒美はCL Hitomi	12:00 骨盤調整 Kozue	
12:50 美尻美脚 Marsa	13:20 下腹ぺたんこ Yuko	13:40 呼吸で腹UP Hitomi	13:40 上半身ご褒美はCL Kozue	
18:00 骨盤調整 Sumiko				
19:40 小顔・ハストアップ Sumiko				

10 水

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 全身リフトアップ Maiko	10:00 桃尻 Kiri	10:20 上半身ご褒美はCL Aoi	10:00 桃尻 Yukari	12:00 下半身ご褒美はCL Ai
11:10 下腹ぺたんこ Maiko	11:40 美尻美脚 Kiri	12:00 呼吸で腹UP Aoi	11:40 ウエスト引き締め Yukari	13:40 呼吸で腹UP Ai
12:50 ウエスト引き締め Maiko	13:20 骨盤調整 Kiri	12:40 下半身ご褒美はCL Aoi		
16:20 下腹ぺたんこ Chihiro		18:30 小顔・ハストアップ Sayo		
18:00 桃尻 Chihiro		20:10 下半身ご褒美はCL Sayo		
19:40 美尻美脚 Chihiro				

11 木

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 呼吸で腹UP Marsa	10:00 ウエスト引き締め Yukari	10:20 体験レッスン Yuko	10:00 小顔・ハストアップ Sumiko	12:00 上半身ご褒美はCL Ai
11:10 骨盤調整 Marsa	11:40 美尻美脚 Yukari	12:30 下腹ぺたんこ Yuko	11:40 美尻美脚 Sumiko	13:40 骨盤調整 Ai
12:50 桃尻 Marsa	13:20 小顔・ハストアップ Yukari	15:00 60分P Yuko	13:20 下腹ぺたんこ Sumiko	
14:30 骨盤調整 Kozue		18:30 桃尻 Sayo	18:30 骨盤調整 Yoshie	
16:10 小顔・ハストアップ Kozue		20:10 小顔・ハストアップ Sayo	20:10 呼吸で腹UP Yoshie	
18:00 下腹ぺたんこ Sumiko				
19:40 ウエスト引き締め Sumiko				

12 金

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00 下腹ぺたんこ Chihiro	9:30 上半身メリハリボディ Yukari	9:30 60分P Marsa	9:30 小顔・ハストアップ Miki	
11:40 小顔・ハストアップ Chihiro	11:10 骨盤調整 Yukari	11:00 60分P Marsa	11:10 下腹ぺたんこ Miki	
13:20 桃尻 Chihiro	12:50 呼吸で腹UP Yukari	12:30 60分P Marsa	12:50 呼吸で腹UP Miki	
18:30 小顔・ハストアップ Kiri			18:30 呼吸で腹UP Mika	
20:10 美尻美脚 Kiri			20:10 上半身ご褒美はCL Mika	

13 土

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00 上半身メリハリボディ Sumiko	9:30 骨盤調整 Aoi	9:30 体験レッスン Chihiro	10:00 上半身ご褒美はCL Miki	
11:40 下腹ぺたんこ Sumiko	11:10 下半身ご褒美はCL Aoi	10:20 小顔・ハストアップ Sayo	11:40 骨盤調整 Miki	
13:20 桃尻 Sumiko	12:50 上半身ご褒美はCL Aoi	12:00 ウエスト引き締め Sayo	12:40 桃尻 Chihiro	
		13:40 美尻美脚 Sayo	13:20 下腹ぺたんこ Miki	

14 日

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00 体験レッスン Sumiko	9:30 上半身ご褒美はCL Kiri	10:20 ウエスト引き締め Sayo	9:30 小顔・ハストアップ Maiko	10:20 下半身ご褒美はCL Mika
13:10 小顔・ハストアップ Sumiko	11:10 下腹ぺたんこ Kiri	12:00 美尻美脚 Sayo	11:10 桃尻 Maiko	12:00 呼吸で腹UP Mika
14:50 呼吸で腹UP Sumiko	12:50 桃尻 Kiri	13:40 骨盤調整 Sayo	12:50 美尻美脚 Maiko	13:40 骨盤調整 Mika

15 月

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
11:30 上半身ご褒美はCL Yukari	10:00 下腹ぺたんこ Yuko	11:40 美尻美脚 Maiko	9:30-10:40 上半身ご褒美はCL Kokoro	
13:10 下半身ご褒美はCL Yukari	11:50 体験レッスン Yuko	13:30 桃尻 Maiko	11:10-12:20 骨盤調整 Kokoro	
14:50 美尻美脚 Sumiko × Sayo		17:00 桃尻 Sayo	12:50-14:00 呼吸で腹UP Kokoro	
16:30 下腹ぺたんこ Sumiko				
18:10 骨盤調整 Sumiko				

16 火

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
12:00 全身リフトアップ Marsa	9:30 呼吸で腹UP Yukari	12:10 下腹ぺたんこ Yuko	9:30 小顔・ハストアップ Maiko	10:00 体験レッスン Miki
13:40 桃尻 Marsa	11:10 骨盤調整 Yukari	13:50 上半身メリハリボディ Yuko	11:10 桃尻 Maiko	
17:20 小顔・ハストアップ Kiri	12:50 ウエスト引き締め Yukari	15:30 60分P Yuko	12:50 下腹ぺたんこ Maiko	
19:00 骨盤調整 Kiri × Hitomi				

17 水

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00 桃尻 Miki × Kozue	12:00 小顔・ハストアップ Kozue	9:30 下半身ご褒美はCL Aoi	定休日	
11:40 下腹ぺたんこ Miki	13:40 骨盤調整 Kozue	11:10 呼吸で腹UP Aoi		
13:20 全身リフトアップ Miki	17:30 60分P Sayo	12:50 上半身ご褒美はCL Aoi		
17:20 ウエスト引き締め Sumiko				

18 木

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 上半身メリハリボディ Maiko × Marsa	10:00 骨盤調整 Yuko	11:20 呼吸で腹UP Maiko	10:20 骨盤調整 Sumiko	11:10 下半身ご褒美はCL Kokoro
11:10 ウエスト引き締め Marsa	11:40 小顔・ハストアップ Yuko	13:00 桃尻 Maiko	12:00 美尻美脚 Sumiko	12:50 呼吸で腹UP Kokoro
12:50 下腹ぺたんこ Marsa	13:20 上半身ご褒美はCL Yuko	18:30 呼吸で腹UP Sayo	13:40 下腹ぺたんこ Sumiko	
16:00 60分P Chihiro	18:00 小顔・ハストアップ Sumiko	20:10 美尻美脚 Sayo	18:30 上半身ご褒美はCL Yoshie	
17:20 全身リフトアップ Chihiro	19:40 桃尻 Sumiko		20:10 下半身ご褒美はCL Yoshie	
19:00 ウエスト引き締め Chihiro × Kiri				

19 金

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 ウエスト引き締め Miki	10:00 桃尻 Kiri		定休日	
11:10 桃尻 Miki	11:40 小顔・ハストアップ Kiri			
12:50 骨盤調整 Miki	13:20 下腹ぺたんこ Kiri			
18:30 上半身ご褒美はCL Mika				
20:10 下半身ご褒美はCL Mika				

20 土

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 小顔・ハストアップ Yoshie	13:00 下半身ご褒美はCL Aoi	10:20 美尻美脚 Sayo	10:20 小顔・ハストアップ Sumiko	9:30 上半身ご褒美はCL Kiri
11:10 呼吸で腹UP Yoshie × Aoi	14:40 骨盤調整 Aoi	12:00 ウエスト引き締め Sayo	12:00 桃尻 Sumiko	11:10 下腹ぺたんこ Kiri
12:50 桃尻 Yoshie		13:40 下腹ぺたんこ Sayo	13:40 ウエスト引き締め Sumiko	12:50 呼吸で腹UP Kiri
14:30 60分P Yuko				
16:00 60分P Yuko				

21 日

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 骨盤調整 Chihiro × Ai	10:00 下腹ぺたんこ Sumiko	10:20 上半身ご褒美はCL Sayo	9:30 小顔・ハストアップ Maiko	10:20 下腹ぺたんこ Yoshie
11:10 ウエスト引き締め Chihiro	11:40 小顔・ハストアップ Sumiko	12:00 呼吸で腹UP Sayo	11:20 体験レッスン Maiko	12:00 呼吸で腹UP Yoshie
12:50 上半身メリハリボディ Chihiro	13:20 桃尻 Sumiko	13:40 下半身ご褒美はCL Sayo		13:40 小顔・ハストアップ Yoshie

22 月

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 桃尻 Yukari × Kokoro	10:00 呼吸で腹UP Yukari	11:20 下半身ご褒美はCL Kokoro	10:00 小顔・ハストアップ Maiko	
11:10 下腹ぺたんこ Yukari	11:40 小顔・ハストアップ Kozue	13:00 上半身ご褒美はCL Kokoro	11:40 ウエスト引き締め Maiko	
12:50 ウエスト引き締め Yukari	13:20 骨盤調整 Kozue		13:20 呼吸で腹UP Maiko	
18:00 美尻美脚 Kiri			18:30 下半身ご褒美はCL Yoshie	
19:40 下腹ぺたんこ Kiri			20:10 骨盤調整 Yoshie	

23 火

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 全身リフトアップ Maiko	10:00 呼吸で腹UP Yuko	10:20 上半身ご褒美はCL Hitomi	9:30 体験レッスン Chihiro	10:00 小顔・ハストアップ Miki
11:10 ウエスト引き締め Maiko	11:40 美尻美脚 Yuko	12:00 下半身ご褒美はCL Hitomi	12:40 美尻美脚 Chihiro	11:40 骨盤調整 Miki
12:50 下腹ぺたんこ Maiko	13:20 小顔・ハストアップ Yuko	13:40 桃尻 Hitomi		13:20 呼吸で腹UP Miki
14:30 呼吸で腹UP Kokoro	15:10 60分P Sayo			
16:10 骨盤調整 Kokoro	16:30 60分P Sayo			

24 水

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 桃尻 Miki	10:00 小顔・ハストアップ Kiri	10:20 呼吸で腹UP Aoi	10:00 体験レッスン Maiko	9:30 呼吸で腹UP Ai
11:10 上半身メリハリボディ Miki	11:40 ウエスト引き締め Kiri	12:00 骨盤調整 Aoi	13:10 骨盤調整 Maiko	11:10 下半身ご褒美はCL Ai
12:50 下腹ぺたんこ Miki	13:20 美尻美脚 Kiri	13:40 上半身ご褒美はCL Aoi	16:20 小顔・ハストアップ Chihiro	12:50 桃尻 Ai
14:30 小顔・ハストアップ Kozue	18:00 下半身ご褒美はCL Kiri		18:00 下腹ぺたんこ Chihiro	
16:10 桃尻 Kozue	19:40 呼吸で腹UP Kiri		19:40 呼吸で腹UP Chihiro	
18:30 骨盤調整 Sumiko				
20:10 小顔・ハストアップ Sumiko				

25 木

定休日

26 金

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00 下腹ぺたんこ Yukari	9:30 呼吸で腹UP Kozue	10:20 ウエスト引き締め Sayo	10:00 小顔・ハストアップ Maiko	9:30 呼吸で腹UP Miki
11:40 小顔・ハストアップ Yukari	11:10 桃尻 Kozue	12:10 体験レッスン Sayo	11:40 美尻美脚 Maiko	11:10 下腹ぺたんこ Miki
13:20 全身リフトアップ Yukari	12:50 骨盤調整 Kozue		13:20 骨盤調整 Maiko	
16:20 桃尻 Kiri			18:30 呼吸で腹UP Miki	
18:00 ウエスト引き締め Kiri			20:10 骨盤調整 Mika	
19:40 小顔・ハストアップ Kiri				

27 土

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00-11:10 下腹ぺたんこ Yoshie	9:30-10:40 下半身ご褒美はCL Aoi	10:20-11:30 ウエスト引き締め Sayo	9:30-10:40 上半身ご褒美はCL Ai	10:00-12:10 体験レッスン Miki
11:40-12:50 小顔・ハストアップ Yoshie	11:10-12:20 上半身ご褒美はCL Aoi	12:00-13:10 骨盤調整 Sayo	11:10-12:20 骨盤調整 Ai	13:10-14:20 小顔・ハストアップ Miki
13:20-14:30 呼吸で腹UP Yoshie	12:50-14:00 桃尻 Aoi	13:40-14:50 美尻美脚 Sayo	12:50-14:00 呼吸で腹UP Mika	
			14:30-15:40 下半身ご褒美はCL Mika	

28 日

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
10:00 体験レッスン Sumiko	9:30 桃尻 Kiri	10:20 呼吸で腹UP Sayo	9:30 呼吸で腹UP Maiko	10:00 桃尻 Mika
13:10 ウエスト引き締め Sumiko	11:10 骨盤調整 Kiri	12:00 下腹ぺたんこ Sayo	11:10 美尻美脚 Maiko	11:40 下半身ご褒美はCL Mika
	12:50 小顔・ハストアップ Kiri		12:50 下腹ぺたんこ Maiko	

29 月

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 桃尻 Yukari	10:00 上半身メリハリボディ Yuko	10:20 上半身ご褒美はCL Kozue	9:30 呼吸で腹UP Maiko	11:50 60分P Chihiro
11:10 ウエスト引き締め Yukari	11:40 小顔・ハストアップ Yuko	12:00 下半身ご褒美はCL Kozue	11:10 小顔・ハストアップ Maiko	13:20 ウエスト引き締め Chihiro
12:50 下腹ぺたんこ Yukari	13:20 骨盤調整 Yuko	13:40 呼吸で腹UP Kozue	12:50 下腹ぺたんこ Maiko	15:00 下半身ご褒美はCL Chihiro
18:30 ウエスト引き締め Miki	15:00 60分P Yuko		18:30 下腹ぺたんこ Sumiko	
20:10 全身リフトアップ Miki	16:20 小顔・ハストアップ Kiri		20:10 上半身ご褒美はCL Sumiko	
	18:00 桃尻 Kiri			
	19:40 下腹ぺたんこ Kiri			

30 火

梅田201	梅田206	梅田205	神戸A	神戸B
9:30 小顔・ハストアップ Marsa	10:00 下腹ぺたんこ Yukari	10:20 呼吸で腹UP Yuko	9:30 体験レッスン Chihiro	10:00 呼吸で腹UP Miki
11:10 桃尻 Marsa	11:40 骨盤調整 Yukari	12:00 上半身ご褒美はCL Yuko	12:40 ウエスト引き締め Chihiro	11:40 小顔・ハストアップ Miki
12:50 上半身メリハリボディ Marsa	13:20 ウエスト引き締め Yukari	13:40 下半身ご褒美はCL Yuko	18:30 小顔・ハストアップ Kiri	13:20 下腹ぺたんこ Miki
18:30 呼吸で腹UP Sumiko			20:10 呼吸で腹UP Kiri	
20:10 桃尻 Sumiko				