

※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。

※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 8 Aug Yokohama Studio Group Lesson Schedule																																		
26	日		27			月		28			火		29			水		30			木		31			金		1			土			
横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C					
																													10:00 呼吸で腹UP Kasumi	9:30 下腹べたんこ Airi				
																													11:40 下腹べたんこ Kasumi	11:10 小顔・ハシツブツ Airi				
																													13:20 桃尻 Yukine	12:50 骨盤調整 Saki				
																													15:00 ウエスト引き締め Yukine	14:30 下腹べたんこ Saki				
2			日		3			月		4			火		5			水		6			木		7			金		8			土	
横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C					
10:00 下腹べたんこ Sakura		9:30 呼吸で腹UP Airi		9:50 下腹べたんこ Sayaka	9:30 上半身ご褒美ほぐし Yukine	10:00 下半身ご褒美ほぐし Y.Shiho		9:30 骨盤調整 Sakura		9:30 下腹べたんこ Kasumi		9:30 上半身ご褒美ほぐし Yukine		9:30 上半身ご褒美ほぐし Yukine													9:50 下腹べたんこ Kasumi	9:30 呼吸で腹UP Airi						
11:40 骨盤調整 Sakura		11:10 刈羽サティ Airi	10:00 呼吸で腹UP Kasumi	11:30 桃尻 Sayaka	11:10 小顔・ハシツブツ Yukine	11:40 呼吸で腹UP Y.Shiho		11:10 下腹べたんこ Sakura		11:10 桃尻 Kasumi		11:10 呼吸で腹UP Yukine		11:10 呼吸で腹UP Yukine													10:00 休憩 Sakura	11:30 小顔・ハシツブツ Kasumi	11:10 ウエスト引き締め Airi					
13:20 呼吸で腹UP Sayaka		12:50 下腹べたんこ Suzu	11:40 下腹べたんこ Kasumi	12:50 骨盤調整 Airi				12:50 小顔・ハシツブツ Yukine		12:50 下腹べたんこ Sakura		12:50 骨盤調整 Y.Asa_mi		12:50 骨盤調整 Y.Asa_mi														13:20 呼吸で腹UP Yukine	12:50 下腹べたんこ Saki					
15:00 桃尻 Sayaka		14:30 美尻美脚 Suzu	13:20 小顔・ハシツブツ Suzu	14:30 下腹べたんこ Airi				14:30 呼吸で腹UP Yukine		14:30 小顔・ハシツブツ Sakura		14:30 ウエスト引き締め Y.Asa_mi		15:00 美尻美脚 Airi				14:30 下腹べたんこ Saki	15:00 美尻美脚 Airi								15:00 骨盤調整 Yukine	14:30 小顔・ハシツブツ Saki						
			15:00 呼吸で腹UP Suzu																															
								18:30 呼吸で腹UP Y.Asa_mi		18:00 骨盤調整 Y.Asa_mi				18:30 下腹べたんこ Suzu				18:30 桃尻 Sayaka																
								20:10 桃尻 Y.Asa_mi		19:40 呼吸で腹UP Y.Asa_mi				20:10 小顔・ハシツブツ Suzu				20:10 ウエスト引き締め Sayaka																
9			日		10			月		11			火		12			水		13			木		14			金		15			土	
横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C					
10:00 下腹べたんこ Suzu		9:30 桃尻 Sakura	10:00 下腹べたんこ Kasumi		9:30 呼吸で腹UP Yukine	10:00 下腹べたんこ Y.Shiho		9:30 上半身ご褒美ほぐし Sakura		10:00 呼吸で腹UP Kasumi		9:30 下半身ご褒美ほぐし Sakura		9:30 呼吸で腹UP Yukine		9:50 呼吸で腹UP Yukine	9:30 小顔・ハシツブツ Sakura	10:00 呼吸で腹UP Sakura		9:30 下腹べたんこ Airi			9:30 下腹べたんこ Airi			9:30 下腹べたんこ Airi								
11:40 小顔・ハシツブツ Suzu		11:10 呼吸で腹UP Sakura	11:40 ウエスト引き締め Kasumi		11:10 骨盤調整 Yukine	11:40 桃尻 Y.Shiho		11:10 小顔・ハシツブツ Sakura		11:40 下腹べたんこ Kasumi				11:40 ウエスト引き締め Yukine		11:30 ウエスト引き締め め Yukine	11:10 呼吸で腹UP Sakura	11:40 ウエスト引き締め め Sakura	11:10 呼吸で腹UP Sakura	11:40 ウエスト引き締め め Sakura	11:10 刈羽サティ Airi			11:10 刈羽サティ Airi			11:10 刈羽サティ Airi							
13:20 ウエスト引き締め め Suzu		12:50 美尻美脚 Airi						12:50 呼吸で腹UP Yukine				11:20 休憩 Sakura					12:50 下腹べたんこ Saki	13:20 小顔・ハシツブツ Yukine	12:50 呼吸で腹UP Saki	14:30 下腹べたんこ Saki			14:30 下腹べたんこ Saki			14:30 下腹べたんこ Saki								
		14:30 下腹べたんこ Airi						14:30 ウエスト引き締め め Yukine		14:30 桃尻 Y.Asa_mi								14:30 小顔・ハシツブツ Saki	15:00 桃尻 Yukine	14:30 下腹べたんこ Saki			14:30 下腹べたんこ Saki			14:30 下腹べたんこ Saki								
								18:30 下腹べたんこ Sayaka		18:30 骨盤調整 Y.Asa_mi		18:30 下腹べたんこ Saki						18:30 呼吸で腹UP Suzu		18:30 下腹べたんこ Sayaka														
								20:10 小顔・ハシツブツ Sayaka		20:10 呼吸で腹UP Y.Asa_mi		20:10 ウエスト引き締め め Saki					20:10 ウエスト引き締め め Suzu		20:10 骨盤調整 Sayaka															
16			日		17			月		18			火		19			水		20			木		21			金		22			土	
横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C					
9:50 骨盤調整 Suzu		9:30 下腹べたんこ Airi	10:00 小顔・ハシツブツ Kasumi		9:30 桃尻 Yukine	10:00 呼吸で腹UP Y.Shiho		9:30 下腹べたんこ Sakura		9:30 呼吸で腹UP Kasumi		9:30 小顔・ハシツブツ Yukine		9:30 小顔・ハシツブツ Yukine		10:00 呼吸で腹UP Airi	9:30 骨盤調整 Sakura	10:00 下半身ご褒美ほぐし Sakura	9:30 呼吸で腹UP Kasumi	9:30 小顔・ハシツブツ Airi			9:30 小顔・ハシツブツ Airi			9:30 小顔・ハシツブツ Airi								
11:30 桃尻 Suzu		11:10 美尻美脚 Airi	11:40 下腹べたんこ Kasumi		11:10 ウエスト引き締め め Yukine	11:40 ウエスト引き締め め Y.Shiho		11:10 骨盤調整 Sakura		11:10 ウエスト引き締め め Kasumi		11:10 ウエスト引き締め め Sakura		11:10 骨盤調整 Yukine		11:40 刈羽サティ Airi	11:20 休憩 Sakura	11:30 小顔・ハシツブツ Yukine	11:10 ウエスト引き締め め Kasumi	11:10 下腹べたんこ Airi			11:10 下腹べたんこ Airi			11:10 下腹べたんこ Airi								
		12:50 呼吸で腹UP Kanako						12:50 桃尻 Yukine		12:50 小顔・ハシツブツ Sakura		12:50 下腹べたんこ Y.Asa_mi		12:50 下腹べたんこ Y.Asa_mi		14:30 下腹べたんこ Saki		13:20 小顔・ハシツブツ Yukine	12:50 骨盤調整 Saki	14:30 呼吸で腹UP Saki			14:30 呼吸で腹UP Saki			14:30 呼吸で腹UP Saki								
		14:30 刈羽サティ Kanako						14:30 呼吸で腹UP Yukine		14:30 下腹べたんこ Sakura				14:30 桃尻 Y.Asa_mi				15:00 桃尻 Yukine	14:30 呼吸で腹UP Saki				14:30 呼吸で腹UP Saki			14:30 呼吸で腹UP Saki								
								18:30 呼吸で腹UP Sayaka		18:30 小顔・ハシツブツ Y.Asa_mi		18:00 骨盤調整 Y.Asa_mi				18:30 小顔・ハシツブツ Suzu		18:30 下腹べたんこ Sayaka																
								20:10 骨盤調整 Sayaka		20:10 ウエスト引き締め め Y.Asa_mi		19:40 桃尻 Y.Asa_mi				20:10 呼吸で腹UP Suzu		20:10 ウエスト引き締め め Sayaka																
23			日		24			月		25			火		26			水		27			木		28			金		29			土	
横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C					
10:00 呼吸で腹UP Suzu		9:30 骨盤調整 Airi	10:00 上半身ご褒美ほぐし Kasumi		9:30 呼吸で腹UP Yukine	10:00 下腹べたんこ Sayaka		9:30 小顔・ハシツブツ Sakura		10:00 骨盤調整 Kasumi		9:30 呼吸で腹UP Sakura		9:30 小顔・ハシツブツ Y.Shiho		10:00 桃尻 Kasumi	9:30 呼吸で腹UP Sakura	10:00 下半身ご褒美ほぐし Yukine	9:30 下腹べたんこ Kasumi	9:30 骨盤調整 Airi			9:30 骨盤調整 Airi			9:30 骨盤調整 Airi								
11:40 美尻美脚 Suzu		11:10 刈羽サティ Airi	11:40 桃尻 Kasumi		11:10 骨盤調整 Yukine	11:40 桃尻 Sayaka		11:10 ウエスト引き締め め Sakura		11:10 ウエスト引き締め め Kasumi		11:10 桃尻 Sakura		11:10 下腹べたんこ Y.Shiho		11:40 骨盤調整 Kasumi	11:30 呼吸で腹UP Yukine	11:10 ウエスト引き締め め Sakura	11:40 小顔・ハシツブツ Kasumi	11:10 美尻美脚 Airi			11:10 美尻美脚 Airi			11:10 美尻美脚 Airi								
13:20 下腹べたんこ Suzu			13:30 休憩 Kanako		12:50 下腹べたんこ Airi			12:50 呼吸で腹UP Yukine		12:50 小顔・ハシツブツ Y.Asa_mi		12:50 上半身ご褒美ほぐし Y.Asa_mi		13:20 小顔・ハシツブツ Saki		12:50 小顔・ハシツブツ Saki	13:20 桃尻 Yukine	14:30 骨盤調整 Saki	15:00 骨盤調整 Yukine	14:30 ウエスト引き締め め Saki			14:30 ウエスト引き締め め Saki			14:30 ウエスト引き締め め Saki								
								18:30 下腹べたんこ Y.Asa_mi		18:30 桃尻 Saki				18:30 骨盤調整 Suzu			18:30 呼吸で腹UP Sayaka																	
								20:10 桃尻 Y.Asa_mi		20:10 ウエスト引き締め め Saki				20:10 桃尻 Suzu			20:10 小顔・ハシツブツ Sayaka																	
30			日		1			月		2			火		3			水		4			木		5			金		6			土	
横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C	横浜A	横浜B	横浜C					
10:00 桃尻 Sakura		9:30 ウエスト引き締め め Airi																																
11:40 小顔・ハシツブツ Sakura		11:10 骨盤調整 Airi																																
13:20 上半身ご褒美ほぐし Sayaka		12:50 呼吸で腹UP Akie																																
15:00 呼吸で腹UP Sayaka		14:30 全身リハビリ Akie																																
		16:10 小顔・ハシツブツ Akie																																