

※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。
※★マークはレッスンの難易度を示しています。

※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。 ※★マークはレッスンの難易度を示しています。								☆☆☆☆	☆☆☆☆★	☆☆☆☆★	☆☆☆☆★	☆☆☆☆★	☆☆☆☆★	WS													
2026 Sept. KOBE Studio Group Lesson Schedule																											
30		日		31		月		1		火		2		水		3		木		4		金		5		土	
神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B	
呼吸でインナー (踵)強化 Chihiro		10:00 桃尻 Miki		9:30 小顔・ハストアップ Maiko		11:40 桃尻 Kokoro		10:00 上半身コリ解消ほぐし Sumiko		11:10 美尻美脚 Maiko		10:00 呼吸でインナー (踵)強化 Maiko		11:10 60分P Kokoro		9:30 呼吸でインナー (踵)強化 Chihiro		10:00 下半身むくみ解消ほぐし Maiko									
11:10 小顔・ハストアップ Chihiro		11:40 上半身コリ解消ほぐし Miki		11:10 全身引き上げ Basic Maiko		13:20 美尻美脚 Kokoro		11:40 呼吸でインナー (踵)強化 Sumiko		12:50 小顔・ハストアップ Maiko		11:40 小顔・ハストアップ Maiko		12:40 60分P Kokoro		7月・8月入会の方 限定 呼吸でイン ナー(踵)強化 Chihiro×Mika		11:40 桃尻 Maiko									
12:50 下半身むくみ解消ほぐし Chihiro		13:20 美尻美脚 Miki		12:50 呼吸でインナー (踵)強化 Maiko		15:00 呼吸でインナー (踵)強化 Kokoro		13:20 全身引き上げ Advance Sumiko		14:30 桃尻 Maiko		13:20 桃尻 Maiko				12:50 小顔・ハストアップ Mika		13:20 全身引き上げ Basic Maiko									
																						14:40 体験レッスン90 Mika		17:20 60分P Mika			
6		日		7		月		8		火		9		水		10		木		11		金		12		土	
神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B	
9:30 美尻美脚 Maiko		10:00 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie		10:00 全身引き上げ Basic Chihiro		9:30 上半身コリ解消ほぐし Kokoro		10:20 小顔・ハストアップ Kiri		9:30 呼吸でインナー (踵)強化 Marsa		10:00 呼吸でインナー (踵)強化 Emi		10:00 桃尻 Kokoro		10:00 桃尻 Kokoro		10:20 桃尻 Mana		9:30 上半身コリ解消ほぐし Emi		10:00 全身引き上げ Basic Miki		9:30 小顔・ハストアップ Yoshie			
11:10 小顔・ハストアップ Maiko		11:40 上半身コリ解消ほぐし Yoshie		11:40 下半身むくみ解消ほぐし Chihiro		13:20 呼吸でインナー (踵)強化 Chihiro		12:00 桃尻 Kiri		11:10 全身引き上げ Advance Marsa		11:40 呼吸でインナー (踵)強化 Emi		11:40 呼吸でインナー (踵)強化 Kokoro		12:00 下半身むくみ解消ほぐし Mana		11:10 呼吸でインナー (踵)強化 Emi		11:50 体験レッスン90 Miki		11:10 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie					
13:00 体験レッスン90 Maiko		13:20 桃尻 Yoshie		13:20 呼吸でインナー (踵)強化 Chihiro		12:50 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie		13:40 呼吸でインナー (踵)強化 Kiri		12:50 小顔・ハストアップ Marsa		13:20 呼吸でインナー (踵)強化 Emi		13:20 美尻美脚 Kokoro		13:40 全身引き上げ Basic Mana		12:50 小顔・ハストアップ Emi		14:30 上半身コリ解消ほぐし Mika		12:50 美尻美脚 Yoshie					
				18:30 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie		20:10 小顔・ハストアップ Yoshie		18:00 呼吸でインナー (踵)強化 Kiri		18:30 桃尻 Yoshie		20:10 美尻美脚 Yoshie				16:50 桃尻 Kokoro		18:30 小顔・ハストアップ Kokoro		20:10 呼吸でインナー (踵)強化 Kokoro		16:10 脂肪燃焼 Mika		17:50 60分P Mika			
13		日		14		月		15		火		16		水		17		木		18		金		19		土	
神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B	
10:00 桃尻 Mika		9:20 60分P Maiko		定休日				18:30 桃尻 Yoshie		9:30 桃尻 Maiko		11:10 全身引き上げ Advance Maiko		12:00 全身引き上げ Advance Maiko		10:20 上半身コリ解消ほぐし Sumiko		10:00 呼吸でインナー (踵)強化 Kokoro		9:30 小顔・ハストアップ Maiko		9:30 呼吸でインナー (踵)強化 Maiko		9:30 呼吸でインナー (踵)強化 Maiko			
11:40 下半身むくみ解消ほぐし Mika		11:10 美尻美脚 Kokoro						20:10 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie		11:10 全身引き上げ Advance Maiko		12:00 全身引き上げ Advance Maiko		11:40 桃尻 Sumiko		11:40 美尻美脚 Kokoro		11:10 桃尻 Maiko		11:10 全身引き上げ Advance Maiko							
13:20 呼吸でインナー (踵)強化 Mika		12:50 小顔・ハストアップ Kokoro								12:50 呼吸でインナー (踵)強化 Maiko		13:40 呼吸でインナー (踵)強化 Maiko		13:40 全身引き上げ Basic Sumiko		13:20 小顔・ハストアップ Kokoro		12:50 呼吸でインナー (踵)強化 Maiko		12:50 下半身むくみ解消ほぐし Maiko							
15:00 60分P Mika		14:30 60分P Kokoro								16:20 美尻美脚 Kokoro		18:00 下半身むくみ解消ほぐし Kokoro		19:40 小顔・ハストアップ Kokoro		18:30 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie		20:10 桃尻 Yoshie									
20		日		21		月		22		火		23		水		24		木		25		金		26		土	
神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B	
9:30 下半身むくみ解消ほぐし Maiko		10:00 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie		9:30 小顔・ハストアップ Maiko		10:00 全身引き上げ Basic Chihiro		10:00 桃尻 Kiri		9:30 呼吸でインナー (踵)強化 Miki		9:30 小顔・ハストアップ Miki		10:00 美尻美脚 Yoshie		10:00 小顔・ハストアップ Mika		15:00 60分P Mika		9:30 全身引き上げ Advance Maiko		16:50 小顔・ハストアップ Mika		9:30 美尻美脚 Maiko		10:00 桃尻 Mika	
11:10 全身引き上げ Basic Maiko		11:40 桃尻 Yoshie		11:10 上半身コリ解消ほぐし Maiko		11:40 脂肪燃焼 Chihiro		11:40 小顔・ハストアップ Kiri		11:20 体験レッスン90 Miki		11:10 全身引き上げ Basic Miki		11:40 桃尻 Yoshie		11:40 呼吸でインナー (踵)強化 Mika		11:10 下半身むくみ解消ほぐし Maiko		11:10 小顔・ハストアップ Maiko		11:40 脂肪燃焼 Mika					
12:50 小顔・ハストアップ Maiko		13:20 美尻美脚 Yoshie		12:50 桃尻 Maiko		13:20 下半身むくみ解消ほぐし Chihiro		13:20 7月・8月入会の方 限定 呼吸でイン ナー(踵)強化 Chihiro×Kiri		14:30 呼吸でインナー (踵)強化 Maiko		12:50 上半身コリ解消ほぐし Miki		13:20 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie		13:20 脂肪燃焼 Mika		12:50 桃尻 Maiko		12:50 全身引き上げ Basic Maiko		13:30 体験レッスン90 Mika					
				14:30 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie				15:00 全身引き上げ Advance Chihiro		16:10 美尻美脚 Maiko						18:30 下半身むくみ解消ほぐし Yoshie		18:30 桃尻 Mika		16:10 60分P Mika							
				16:10 美尻美脚 Yoshie				16:40 桃尻 Chihiro								20:10 小顔・ハストアップ Yoshie		20:10 美尻美脚 Mika									
27		日		28		月		29		火		30		水		1		木		2		金		3		土	
神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B		神戸A		神戸B	
9:30 上半身コリ解消ほぐし Maiko		10:00 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie		16:20 美尻美脚 Mika				10:00 桃尻 Miki		9:30 上半身コリ解消ほぐし Kokoro		9:30 全身引き上げ Basic Maiko		11:40 上半身コリ解消ほぐし Kokoro													
11:10 桃尻 Maiko		11:40 小顔・ハストアップ Yoshie		18:00 脂肪燃焼 Mika				11:40 全身引き上げ Advance Miki		11:10 呼吸でインナー (踵)強化 Kokoro		11:10 桃尻 Maiko		13:20 呼吸でインナー (踵)強化 Kokoro													
12:50 全身引き上げ Advance Maiko		13:20 美尻美脚 Yoshie		19:40 呼吸でインナー (踵)強化 Mika				13:20 小顔・ハストアップ Miki		12:50 美尻美脚 Kokoro		12:50 下半身むくみ解消ほぐし Maiko		15:00 小顔・ハストアップ Kokoro													
		15:30 60分P Yoshie						18:30 小顔・ハストアップ Yoshie		20:10 呼吸でインナー (踵)強化 Yoshie		19:40 桃尻 Miki															