

※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。									☆☆☆☆			★★★★			★★☆☆			★★★★☆			★★★★★			体験レッスン		
2026 10 Oct			Yokohama Studio Group Lesson Schedule																							
27	日		28	月		29	火		30	水		1	木		2	金		3	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						
														9:30 呼吸でインナー (膈)強化 Yu_mi	定休日					9:50 呼吸でインナー (膈)強化 Mi_chiyo	9:30 下半身むくみ解 消ほぐし Saki					
														11:10 小顔・バ ^ス トアップ Yu_mi				10:00 小顔・バ ^ス トアップ Yukine	11:30 桃尻 Mi_chiyo	11:10 全身引き上げ Basic Saki						
														12:50 上半身コリ解消 ほぐし Sayaka				11:40 呼吸でインナー (膈)強化 Yukine		12:50 小顔・バ ^ス トアップ Airi						
														14:30 美尻美脚 Sayaka				13:30 入会3〜5ヶ月目 の方限定★SP レッスン		14:30 全身引き上げ Advance Airi						
														18:30 呼吸でインナー (膈)強化Suzu												
														20:10 桃尻 Suzu												
4	日		5	月		6	火		7	水		8	木		9	金		10	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						
														定休日			7:50 呼吸でインナー (膈)強化uzu									
		9:30 呼吸でインナー (膈)強化 Yukine			9:30 桃尻 Kasumi			9:30 小顔・バ ^ス トアップ Sayaka			9:30 呼吸でインナー (膈)強化 Y.Shiho						9:30 小顔・バ ^ス トアップ Sakura		9:50 呼吸でインナー (膈)強化 Y.Asa_mi	9:30 下半身むくみ解 消ほぐし Saki						
10:00 桃尻 Mi_chiyo		11:10 小顔・バ ^ス トアップ Yukine	10:00 呼吸でインナー (膈)強化 Yukine		11:10 呼吸でインナー (膈)強化 Kasumi	10:00 呼吸でインナー (膈)強化 Yu_mi		11:10 全身引き上げ Basic Sayaka			11:10 小顔・バ ^ス トアップ Y.Shiho						11:10 桃尻 Sakura	10:00 美尻美脚 Kasumi	11:30 美尻美脚 Y.Asa_mi	11:10 小顔・バ ^ス トアップ Saki						
11:40 呼吸でインナー (膈)強化Mi_chiyo		12:50 下半身むくみ解 消ほぐしSayaka	小顔・バ ^ス トアップ Yukine			11:40 桃尻 Yu_mi		12:50 呼吸でインナー (膈)強化Saki			12:50 美尻美脚 Sayaka					12:20 呼吸でインナー (膈)強化Kumiko	12:50 美尻美脚 Saki	11:40 全身引き上げ Basic Kasumi		12:50 呼吸でインナー (膈)強化Oto						
13:20 美尻美脚 Y.Asa_mi		14:40 体験レッスン90 Sayaka						14:30 美尻美脚 Saki			14:30 呼吸でインナー (膈)強化 Sayaka				14:00 更年期ゆらぎケ ア Kumiko	14:30 呼吸でインナー (膈)強化 Saki				14:30 桃尻 Oto						
15:00 小顔・バ ^ス トアップ Y.Asa_mi					18:30 呼吸でインナー (膈)強化 Sayaka			18:30 上半身コリ解消 ほぐし Yukine			18:00 桃尻 Mi_chiyo						18:30 呼吸でインナー (膈)強化 Y.Asa_mi									
					20:10 美尻美脚 Sayaka			20:10 美尻美脚 Yukine			19:40 呼吸でインナー (膈)強化 Mi_chiyo						20:10 小顔・バ ^ス トアップ Y.Asa_mi									
11	日		12	月		13	火		14	水		15	木		16	金		17	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						
																				7:50 呼吸でインナー (膈)強化Suzu						
		9:30 全身引き上げ Basic Y.Asa_mi			9:30 下半身むくみ解 消ほぐし Y.Asa_mi			9:30 呼吸でインナー (膈)強化 Sakura			9:30 桃尻 Sakura			9:30 桃尻 Yu_mi			9:30 美尻美脚 Sakura		9:50 小顔・バ ^ス トアップ Mi_chiyo	9:30 桃尻 Saki						
10:00 小顔・バ ^ス トアップ Suzu		11:10 呼吸でインナー (膈)強化 Y.Asa_mi	10:00 美尻美脚 Kasumi		11:10 入会3〜5ヶ月目 の方限定★SP レッスン			11:10 小顔・バ ^ス トアップ Sakura	10:00 小顔・バ ^ス トアップ Kasumi		11:30 体験レッスン90 Sakura				10:00 全身引き上げ Advance Airi		11:10 呼吸でインナー (膈)強化 Sakura	10:00 呼吸でインナー (膈)強化 Yukine	11:30 上半身コリ解消 ほぐし Mi_chiyo	11:10 呼吸でインナー (膈)強化 Saki						
11:40 桃尻 Suzu		12:50 上半身コリ解消 ほぐし Mi_chiyo	11:40 呼吸でインナー (膈)強化 Kasumi					12:50 全身引き上げ Basic Saki	11:40 脂肪燃焼 Kasumi					11:10 呼吸でインナー (膈)強化 Yu_mi	小顔・バ ^ス トアップ Airi		12:50 桃尻 Saki	11:40 桃尻 Yukine		12:50 美尻美脚 Airi						
13:20 全身引き上げ Advance Kanao		14:30 呼吸でインナー (膈)強化 Mi_chiyo	13:20 小顔・バ ^ス トアップ Yukine					14:30 呼吸でインナー (膈)強化Saki			14:30 桃尻 K.sara			12:50 小顔・バ ^ス トアップ Yu_mi			14:30 呼吸でインナー (膈)強化Saki	13:30 入会3〜5ヶ月目 の方限定★SP レッスン		14:30 全身引き上げ Advance Airi						
15:00 美尻美脚 Kanao			15:00 呼吸でインナー (膈)強化 Yukine					18:30 呼吸でインナー (膈)強化 Yukine			18:00 小顔・バ ^ス トアップ Mi_chiyo			18:30 全身引き上げ Basic Suzu			18:30 上半身コリ解消 ほぐし Y.Asa_mi									
								20:10 小顔・バ ^ス トアップ Yukine			19:40 呼吸でインナー (膈)強化 Mi_chiyo			呼吸でインナー (膈)強化 Suzu			呼吸でインナー (膈)強化 Y.Asa_mi									

※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。

☆☆☆☆

★☆☆

★★☆☆

★★★☆☆

★★★★

体験レッスン

2026 10			Oct			Yokohama Studio Group Lesson Schedule														
18	日		19	月		20	火		21	水		22	木		23	金		24	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
		9:30 呼吸でインナー (膈) 強化 Yukine			9:30 呼吸でインナー (膈) 強化 Kasumi			9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Sakura			9:30 全身引き上げ Basic Sakura			9:30 呼吸でインナー (膈) 強化 Yu_mi			9:30 桃尻 Sakura		9:50 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Yukine	9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Saki
10:00 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Mi_chiyو		11:10 桃尻 Yukine	10:00 桃尻 Yukine		11:10 全身引き上げ Basic Kasumi	10:00 呼吸でインナー (膈) 強化 Yu_mi		11:10 桃尻 Sakura			11:10 呼吸でインナー (膈) 強化 Sakura			11:10 桃尻 Yu_mi			11:10 呼吸でインナー (膈) 強化 Sakura	10:00 桃尻 Kasumi	11:10 全身引き上げ Basic Yukine	11:10 呼吸でインナー (膈) 強化 Saki
11:40 呼吸でインナー (膈) 強化 Mi_chiyو		12:50 全身引き上げ Basic Y.Asa_mi	11:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Yukine		12:50 桃尻 Sakura	11:40 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Yu_mi		12:50 下半身むくみ解 消ほぐし Saki			12:50 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Sayaka			13:00 体験ﾚｯｽﾝ90 Sayaka			12:50 桃尻 Saki	11:40 美尻美脚 Kasumi	12:50 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Y.Asa_mi	12:50 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Y.Asa_mi
13:20 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Sayaka		14:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Y.Asa_mi			14:30 呼吸でインナー (膈) 強化 Sakura			14:30 呼吸でインナー (膈) 強化 Saki			14:30 桃尻 Sayaka						14:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Saki		14:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Y.Asa_mi	14:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Y.Asa_mi
15:00 呼吸でインナー (膈) 強化 Sayaka					18:30 呼吸でインナー (膈) 強化 Sayaka			18:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Yukine			18:00 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Mi_chiyو			18:30 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Sayaka			18:30 全身引き上げ Basic Y.Asa_mi			
					20:10 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Sayaka			20:10 美尻美脚 Yukine			19:40 呼吸でインナー (膈) 強化 Mi_chiyو			20:10 全身引き上げ Basic Sayaka			20:10 呼吸でインナー (膈) 強化 Y.Asa_mi			
25	日		26	月		27	火		28	水		29	木		30	金		31	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
								7:50 呼吸でインナー (膈) 強化Suzu												
		9:30 下半身むくみ解 消ほぐし Y.Asa_mi			9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Y.Asa_mi			9:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Sakura			9:30 全身引き上げ Basic Sakura			9:30 脂肪燃焼 Sayaka			9:30 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Sakura	9:30 呼吸でインナー (膈) 強化 Saki	9:50 下半身むくみ解 消ほぐし Yukine	
10:00 呼吸でインナー (膈) 強化 Suzu		11:10 呼吸でインナー (膈) 強化 Y.Asa_mi	10:00 美尻美脚 Kasumi		11:10 呼吸でインナー (膈) 強化 Y.Asa_mi		10:00 更年期ゆらぎケ ｱ Y.Asa_mi	11:10 呼吸でインナー (膈) 強化 Sakura	10:00 呼吸でインナー (膈) 強化 Mi_chiyو		11:10 美尻美脚 Sakura			11:10 下半身むくみ解 消ほぐし Sayaka	10:00 桃尻 Airi		11:10 美尻美脚 Sakura	11:10 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Saki	11:30 桃尻 Yukine	10:00 美尻美脚 Sakura
11:40 美尻美脚 Suzu		12:50 下半身むくみ解 消ほぐし Mi_chiyو	11:40 桃尻 Kasumi		12:50 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Yukine			12:50 桃尻 Saki	11:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Mi_chiyو		12:50 下半身むくみ解 消ほぐし Yuka			12:50 呼吸でインナー (膈) 強化 Mi_chiyو	11:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Airi		12:50 呼吸でインナー (膈) 強化 Saki	13:20 美尻美脚 Airi		12:00 体験ﾚｯｽﾝ90 Sakura
13:20 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Kanako		14:30 桃尻 Mi_chiyو			14:30 全身引き上げ Basic Yukine			14:30 脂肪燃焼 Saki			14:30 桃尻 Yuka			14:30 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Mi_chiyو			14:30 全身引き上げ Basic Saki	15:00 全身引き上げ Advance Airi		
15:00 全身引き上げ Advance Kanako					18:30 呼吸でインナー (膈) 強化 Sayaka			18:30 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Yukine			18:00 上半身ｺﾘ解消 ほぐし Mi_chiyو			18:30 呼吸でインナー (膈) 強化 Suzu			18:00 入会3～5ヶ月目 の方限定 ﾎﾟｽﾁ ﾚｯｽﾝ			
					20:10 美尻美脚 Sayaka			20:10 全身引き上げ Basic Yukine			19:40 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Mi_chiyو			20:10 小顔・ﾊﾞｽﾄﾌｯﾌﾞ Suzu			20:10 桃尻 Yukine			