

※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 Oct. KOBE Studio Group Lesson Schedule																	
								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			
								9:30 下半身むくみ解消ほぐし Maiko 10:00 美尻美脚 Kozue 11:10 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko 12:50 全身引き上げ Basic Maiko 18:30 呼吸でインナー(踵)強化 Yoshie 20:10 桃尻 Yoshie		9:30 10:00 全身引き上げ Basic Chihiro 11:10 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko 11:40 小顔・ハストアップ Kozue 13:20 13:30 脂肪燃焼 Mika 14:30 小顔・ハストアップ Mika		9:30 10:00 全身引き上げ Basic Chihiro 8月9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 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko		9:30 10:00 下半身むくみ解消ほぐし Maiko 11:40 桃尻 Maiko 12:50 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko			
4 日		5 月		6 火		7 水		8 木		9 金		10 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		神戸A 神戸B			
9:30 美尻美脚 Maiko 11:10 上半身コリ解消ほぐし Maiko 13:00 体験レッスン90 Maiko		10:00 呼吸でインナー(踵)強化 Yoshie 11:40 小顔・ハストアップ Yoshie 13:20 桃尻 Yoshie		9:30 小顔・ハストアップ Miki 11:10 桃尻 Miki 12:50 全身引き上げ Advance Miki		10:00 全身引き上げ Basic Kiri 11:40 美尻美脚 Kiri 13:20 呼吸でインナー(踵)強化 Kiri		18:30 桃尻 Yoshie 20:10 美尻美脚 Yoshie		10:00 桃尻 Kokoro 11:40 呼吸でインナー(踵)強化 Kokoro 13:20 小顔・ハストアップ 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		10:00 全身引き上げ Advance Miki 11:40 上半身コリ解消ほぐし Miki 13:20 桃尻 Miki		9:30 小顔・ハストアップ Kokoro 11:10 呼吸でインナー(踵)強化 Kokoro 12:50 美尻美脚 Kokoro	
11 日		12 月		13 火		14 水		15 木		16 金		17 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		神戸A 神戸B			
11:10 美尻美脚 Kokoro 12:50 小顔・ハストアップ Kokoro 14:30 呼吸でインナー(踵)強化 Kokoro		10:00 下半身むくみ解消ほぐし Mika 11:10 桃尻 Mika 13:30 体験レッスン90 Mika 16:30 60分P Mika		9:30 呼吸でインナー(踵)強化 Chihiro 11:10 小顔・ハストアップ Chihiro 12:50 桃尻 Chihiro 14:30 脂肪燃焼 Chihiro 16:20 上半身コリ解消ほぐし Mika 18:00 美尻美脚 Mika 19:40 呼吸でインナー(踵)強化 Mika		10:00 14:50 60分P Mika 9:30 桃尻 Miki 11:10 上半身コリ解消ほぐし Miki 12:50 全身引き上げ Advance Miki 18:30 呼吸でインナー(踵)強化 Yoshie 20:10 桃尻 Yoshie		9:30 10:00 体験レッスン90 Kiri 11:10 呼吸でインナー(踵)強化 Kiri 12:50 全身引き上げ Basic Sayaka 18:30 小顔・ハストアップ Yoshie 20:10 美尻美脚 Yoshie		10:00 呼吸でインナー(踵)強化 Kokoro 11:10 美尻美脚 Kokoro 13:20 小顔・ハストアップ Kokoro 16:20 呼吸でインナー(踵)強化 Miki 18:00 全身引き上げ Advance Miki 19:40 小顔・ハストアップ Miki		9:30 小顔・ハストアップ Maiko 11:10 桃尻 Maiko 12:50 呼吸でインナー(踵)強化 Arisa 16:20 小顔・ハストアップ Arisa 18:00 桃尻 Arisa 19:40 呼吸でインナー(踵)強化 Arisa		9:30 10:00 全身引き上げ Advance Chihiro 11:10 呼吸でインナー(踵)強化 Chihiro 12:50 脂肪燃焼 Arisa 14:30 全身引き上げ Basic Arisa 16:10 美尻美脚 Arisa		9:30 10:00 下半身むくみ解消ほぐし Maiko 11:10 桃尻 Maiko 13:20 小顔・ハストアップ Maiko	
18 日		19 月		20 火		21 水		22 木		23 金		24 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		神戸A 神戸B			
9:30 下半身むくみ解消ほぐし Maiko 11:10 全身引き上げ Basic Maiko 12:50 小顔・ハストアップ Maiko		10:00 呼吸でインナー(踵)強化 Yoshie 11:40 桃尻 Yoshie 13:20 美尻美脚 Yoshie 15:30 60分P Yoshie		9:30 小顔・ハストアップ Maiko 11:10 上半身コリ解消ほぐし Maiko 12:50 桃尻 Maiko 18:30 呼吸でインナー(踵)強化 Yoshie 20:10 小顔・ハストアップ Yoshie		10:00 全身引き上げ Advance Chihiro 11:40 脂肪燃焼 Chihiro 13:20 美尻美脚 Chihiro		9:30 下半身むくみ解消ほぐし Kiri 11:10 呼吸でインナー(踵)強化 Kiri 12:50 呼吸でインナー(踵)強化 Kokoro 18:30 上半身コリ解消ほぐし Yoshie 20:10 小顔・ハストアップ Yoshie		10:00 小顔・ハストアップ Kokoro 11:40 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko 12:50 全身引き上げ Advance Maiko 15:00 上半身コリ解消ほぐし Maiko		9:30 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko 11:10 桃尻 Maiko 12:50 小顔・ハストアップ Maiko 18:30 呼吸でインナー(踵)強化 Kokoro 20:10 桃尻 Kokoro		9:30 10:00 美尻美脚 Maiko 11:10 小顔・ハストアップ Maiko 12:50 全身引き上げ Basic Maiko 15:00 60分P Mika		10:00 桃尻 Mika 11:40 脂肪燃焼 Mika 13:20 呼吸でインナー(踵)強化 Mika 15:00 60分P Mika	
25 日		26 月		27 火		28 水		29 木		30 金		31 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		神戸A 神戸B			
9:30 体験レッスン90 Maiko 12:10 上半身コリ解消ほぐし Maiko 13:50 全身引き上げ Advance Maiko		10:00 呼吸でインナー(踵)強化 Yoshie 11:40 小顔・ハストアップ Yoshie 13:20 美尻美脚 Yoshie		11:10 呼吸でインナー(踵)強化 Kokoro 12:50 小顔・ハストアップ Kokoro 16:20 美尻美脚 Mika 18:00 脂肪燃焼 Mika 19:40 呼吸でインナー(踵)強化 Mika		9:30 全身引き上げ Advance Maiko 11:10 桃尻 Maiko 12:50 小顔・ハストアップ Maiko 18:30 美尻美脚 Miki 20:10 呼吸でインナー(踵)強化 Yoshie		9:30 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko 11:10 小顔・ハストアップ Maiko 12:50 桃尻 Maiko 18:30 全身引き上げ Advance Yoshie 20:10 上半身コリ解消ほぐし Yoshie		10:00 呼吸でインナー(踵)強化 Kokoro 11:40 小顔・ハストアップ Kokoro 13:20 小顔・ハストアップ Kokoro 18:30 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko 20:10 下半身むくみ解消ほぐし Kokoro		9:30 美尻美脚 Maiko 11:10 桃尻 Maiko 12:50 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko 18:30 下半身むくみ解消ほぐし Kokoro 20:10 桃尻 Kokoro		9:30 10:00 全身引き上げ Basic Chihiro 10:40 脂肪燃焼 Chihiro 12:20 桃尻 Mika 15:40 下半身むくみ解消ほぐし Mika		9:30 上半身コリ解消ほぐし Maiko 11:10 呼吸でインナー(踵)強化 Maiko 12:50 小顔・ハストアップ Maiko	