

STUDIO Lesson Schedule



≪料金≫ 1レッスン(70分) チケット1回分

※ご予約はLINE、メール等、お気軽にご連絡ください

※定員は通常の半数となっておりますので、満席の場合は「キャンセル待ち」となります

※お手持ちのチケットは、有効期限6ヵ月延長いたします

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12
	10:00-11:10 リラックス ★★☆	10:00-11:10 美ボディ(背中) ★★☆		10:00-11:00 骨盤調整 ★★☆	10:00-11:10 ベーシック ★★☆
		19:00-20:10 ベーシック ★★☆			
14	15	16	17	18	19
10:00-11:10 美ボディ(くびれ) ★★☆				10:00-11:10 美ボディ(背中) ★★☆	10:00-11:10 リラックス ★★☆
			19:00-20:10 リラックス ★★☆		
21	22	23	24	25	26
		10:00-11:00 骨盤調整 ★★☆		10:00-11:10 美ボディ(背中) ★★☆	10:00-11:10 美ボディ(くびれ) ★★☆
			19:00-20:10 美ボディ(くびれ) ★★☆		
28	29	30			
	10:00-11:10 リラックス ★★☆	10:00-11:10 ベーシック ★★☆			

★は運動量を表しています