

スタジオレッスン 空き枠 3/9 12:00 現在

| | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|-------|---------------------|-----------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| レッスン名 | チベット体操& オールストレッチ | キレイになる パワーヨガ | かんたんヨガ | やさしいヨガ | ハピバスA | ストレッチヨガ |
| クラス | | | | | | |
| 開催時間 | 9:45~11:15 | 10:00~11:15 | 10:00~11:00 | 10:00~11:00 | 9:30~10:30 | 10:00~11:00 |
| 空き人数 | 8 | 9 | 7 | 9 | 4 | 7 |
| レッスン名 | | はじめての ハタヨガ | | リフレッシュヨガ | ハピバスB | |
| クラス | | | | | | |
| 開催時間 | | 11:25~12:40 | | 11:10~12:10 | 10:45~11:45 | |
| 空き人数 | | 10 | | 4 | 1 | |
| レッスン名 | 太極拳(初級) | 漫談ピクス | | | 漫談ピクス | 流行ソングダンス |
| クラス | | | | | | |
| 開催時間 | 13:30~15:00 | 13:00~14:00 | | | 14:45~15:45 | 13:15~14:15 |
| 空き人数 | 14 | 6 | | | 2 | 9 |
| レッスン名 | | | スポーツバレエ教室 | スポーツバレエ教室 | | |
| クラス | | | バンビ | バンビ | | |
| 開催時間 | | | 16:00~16:45 | 16:00~16:45 | | |
| 空き人数 | | | 11 | 14 | | |
| レッスン名 | | | スポーツバレエ教室 | スポーツバレエ教室 | | |
| クラス | | | スワンA | スワンA・B・特別 | | |
| 開催時間 | | | 17:00~17:45 | 17:00~ | | |
| 空き人数 | | | 14 | 9 | | |
| レッスン名 | | | スポーツバレエ教室 | ピラティス | | |
| クラス | | | スワンB・特別クラス | (骨盤エクササイズ) | | |
| 開催時間 | | | 18:00~ | 19:15~20:00 | | |
| 空き人数 | | | 11 | 4 | | |