

令和7年12.1月クール スタジオレッスン空き枠 令和7年（2025年）10/29 13：00 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	アクティブ朝ヨガ	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	9：30～11：00	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	6	10	9	2	4
レッスン名	脳トレ身体運動で学ぶ英語教室	大人の為の からだメンテナンスヨガ		リフレッシュヨガ	ハピバスB	リラックスヨガ
クラス						
開催時間	10：30～11：30	11：25～12：40		11：10～12：10	10：45～11：45	11：00～12：15
空き人数	15	12		5	1	1
レッスン名	エンジョイエアロ	漫談ビクス			漫談ビクス	代謝UPエクササイズ
クラス						
開催時間	12：10～13：10	13：00～14：00			14：45～15：45	13：15～14：15
空き人数	15	9			6	12
レッスン名	太極拳（初級・中級）		スポーツバレエ教室	スポーツバレエ教室	水泳コンディショニング	
クラス			バンビ	バンビ		
開催時間	13：30～15：00(15：30)		16：00～16：45	16：00～16：45	15：15～16：00	
空き人数	8		10	15	15	
レッスン名		ベーシックヨガ	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		18：00～19：00	17：00～17：45	17：00～		
空き人数		5	12	9		
レッスン名	ZUMBA	パレトン	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			
開催時間	19：15～20：15	19：15～20：15	18：00～	19：15～20：15		
空き人数	10	5	13	1		