

令和8年2.3月クール スタジオレッスン空き枠 令和7年（2025年）1/25 14:00 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	4	11	7	2	3
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	6	12		5	1	2
レッスン名	エンジョイエアロ	漫談ピクス			漫談ピクス	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	12	8			5	10
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		11	14	13	
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		6	12	10		
レッスン名	ZUMBA	バレトン	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	11	4	13	2		