

令和8年4.5月クール スタジオレッスン空き枠 令和5年（2026年）3/12 20：00 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 クラス	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
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	9	2	3
レッスン名 クラス	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
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	11	12		4	1	1
レッスン名 クラス		漫談ピクス			漫談ピクス	代謝UPエクササイズ
開催時間		13：00～14：00			14：45～15：45	13：15～14：15
空き人数		9			6	11
レッスン名 クラス	太極拳（初級・中級）		スポーツバレエ教室 バンビ	スポーツバレエ教室 バンビ	水泳コンディショニング	
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		12	14	13	
レッスン名 クラス		ベーシックヨガ	スポーツバレエ教室 スワンA	スポーツバレエ教室 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		7	12	10		
レッスン名 クラス	ZUMBA	バレトン	スポーツバレエ教室 スワンB・特別クラス	ピラティス		
開催時間	19：15～20：15	19：15～20：15	18：00～	19：15～20：15		
空き人数	14	休講	13	5		