

令和8年10,11月クール スタジオレッスン空き枠 令和8年(2026年) 9/1 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	11	5	10	10	3	1
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	11:15~12:15
空き人数	15	11		5	1	1
レッスン名		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		13:00~14:00			14:45~15:45	13:15~14:15
空き人数		10			4	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		
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		
空き人数	7		13	14		
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		8	14	10		
レッスン名	ピラティス& ストレッチポール	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	15	休講	12	4		