

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) 9/22 10:00 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	9	3	10	8	2	0
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	19	11		4	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		9			10	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						
開催時間	13:30~15:00(15:30)		バンビ 16:00~16:45	バンビ 16:00~16:45		
空き人数	4		13	11		
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						
開催時間		18:00~19:00	スワンA 17:00~17:45	スワンA・B・特別 17:00~		
空き人数		8	13	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						
開催時間	19:15~20:15	19:15~20:15	スワンB・特別クラス 18:00~	19:15~20:15		
空き人数	0	休講	11	4		