# 令和８年１２,１月クール　スタジオレッスン空き枠　令和８年（2026年）10/27　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 | 11 | 8 | 6 | 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 | 20 | 11 | | 5 | 2 | 2 |
| 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 | | 12 | | | 8 | 11 |
| 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 | 6 | | 13 | 12 | | |
| 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 | | 10 | 13 | 10 | | |
| レッスン名 | ピラティス＆ストレッチポール | 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 | 19：00～20：00 | 19：15～20：15 | 18：00～ | 19：15～20：15 | | |
| 空き人数 | 1 | 休講 | 11 | 4 | | |