

2025年4月 コラーゲンスタジオ“サプル”レッスンスケジュール

※月曜日は定休日です
 ※下記レッスンは変更になる場合がございます。
 代行情報をご覧ください。

火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6
13:25~14:15 美彩心 21:10~22:00 美彩心	13:25~14:15 美彩心 21:10~22:00 美彩心 19:50~20:50 ホットヨガ	9:50~10:40 美彩心 12:55~13:45 美彩心 17:40~18:30 美彩心	12:30~13:20 美彩心 18:35~19:25 美彩心	9:40~10:30 美彩心 16:10~17:00 美彩心	11:30~12:30 ホットヨガ 16:25~17:15 ヨガ又は美彩心
8	9	10	11	12	13
13:25~14:15 美彩心 21:10~22:00 美彩心	12:40~13:30 美彩心 15:05~15:55 美彩心 19:50~20:50 ホットヨガ	9:50~10:40 美彩心 12:55~13:45 美彩心 17:40~18:30 美彩心	12:30~13:20 美彩心 18:35~19:25 美彩心	9:40~10:30 美彩心 16:10~17:00 美彩心	11:30~12:30 ホットヨガ 16:25~17:15 ヨガ又は美彩心
15	16	17	18	19	20
13:25~14:15 美彩心 21:10~22:00 美彩心	12:40~13:30 美彩心 15:05~15:55 美彩心 19:50~20:50 ホットヨガ	9:50~10:40 美彩心 12:55~13:45 美彩心 17:40~18:30 美彩心	12:30~13:20 美彩心 18:35~19:25 美彩心	9:40~10:30 美彩心 16:10~17:00 美彩心	11:30~12:30 ホットヨガ 16:25~17:15 ヨガ又は美彩心
22	23	24	25	26	27
13:25~14:15 美彩心 21:10~22:00 美彩心	12:40~13:30 美彩心 15:05~15:55 美彩心 19:50~20:50 ホットヨガ	9:50~10:40 美彩心 12:55~13:45 美彩心 17:40~18:30 美彩心	12:30~13:20 美彩心 18:35~19:25 美彩心	9:40~10:30 美彩心 16:10~17:00 美彩心	11:30~12:30 ホットヨガ 16:25~17:15 ヨガ又は美彩心
29	30				
13:25~14:15 美彩心 21:10~22:00 美彩心	12:40~13:30 美彩心 15:05~15:55 美彩心 19:50~20:50 ホットヨガ				

4月裏面は・・・。
胸式呼吸は心と身体のバランスを整えます！