

2026年5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
<div style="background-color: #3498db; color: white; padding: 10px; border-radius: 10px; text-align: center;"> 裏面は・・・自体重トレーニングを自宅トレ！ 美肌 = 筋トレ。 </div>			1 12:30~13:20 美彩心 18:35~19:25 美彩心	2 9:40~10:30 美彩心 16:10~17:00 美彩心	3 11:30~12:30 ホットヨガ 16:25~17:15 美彩心またはサプルヨガ 代行ボードご確認ください。
			5 13:25~14:15 美彩心 19:55~20:45 美彩心	6 12:40~13:30 美彩心 15:05~15:55 美彩心 19:50~20:50 ホットヨガ	7 9:50~10:40 美彩心 12:55~13:45 美彩心 17:40~18:30 美彩心
12 13:25~14:15 美彩心 19:55~20:45 美彩心	13 12:40~13:30 美彩心 15:05~15:55 美彩心 19:50~20:50 ホットヨガ	14 9:50~10:40 美彩心 12:55~13:45 美彩心 17:40~18:30 美彩心	15 12:30~13:20 美彩心 18:35~19:25 美彩心	16 9:40~10:30 美彩心 16:10~17:00 美彩心	17 11:30~12:30 ホットヨガ 16:25~17:15 美彩心またはサプルヨガ 代行ボードご確認ください。
19 13:25~14:15 美彩心 19:55~20:45 美彩心	20 12:40~13:30 美彩心 15:05~15:55 美彩心 19:50~20:50 ホットヨガ	21 9:50~10:40 美彩心 12:55~13:45 美彩心 17:40~18:30 美彩心	22 12:30~13:20 美彩心 18:35~19:25 美彩心	23 9:40~10:30 美彩心 16:10~17:00 美彩心	24 11:30~12:30 ホットヨガ 16:25~17:15 美彩心またはサプルヨガ 代行ボードご確認ください。
26 13:25~14:15 美彩心 19:55~20:45 美彩心	27 12:40~13:30 美彩心 15:05~15:55 美彩心 19:50~20:50 ホットヨガ	28 9:50~10:40 美彩心 12:55~13:45 美彩心 17:40~18:30 美彩心	29 12:30~13:20 美彩心 18:35~19:25 美彩心	30 9:40~10:30 美彩心 16:10~17:00 美彩心	31 11:30~12:30 ホットヨガ 16:25~17:15 美彩心またはサプルヨガ 代行ボードご確認ください。