# HASUMAI STUDIO　叶KANO　LESSON SCHEDULE　【２０２６年9月】

| MON | | | TUE | | | WED | | | THU | FRI | | | SAT | | | SUN | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | | | 2 | | | 3 | 4 | | | 5 | | | 6 | | |
| | | | 10:00 | BurnG | SAKI | 10:00 | AntiGravity | misayo | | | | | | | | 10:00 | リフレッシュヨガ | CHIHOKO |
| | | | 13:00 | ピラティス | KANA | | | | | 9:30 | 定額ウェルネス | NATSUMI | 9:30 | BurnG | NATSUMI | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | 16:00 | ディーメイク＆リリー | YOKO | | | |
| | | | 18:15 | ベーシックヨガ | AKIKO | 19:00 | TRX（40分） | Licca | | | | | 18:30 | 定額ウェルネス | NATSUMI | | | |
| | | | 20:00 | BurnG | NATSUMI | 20:00 | リラックスヨガ | NATSUMI | | 20:00 | マットピラティス | CHIHOKO | | | | | | |
| 7 | | | 8 | | | 9 | | | 10 | 11 | | | 12 | | | 13 | | |
| 10:00 | バランスボール | NATSUMI | | | | 10:00 | AntiGravity | misayo | | 9:30 | BurnG | NATSUMI | | | | 10:00 | リフレッシュヨガ | CHIHOKO |
| 11:15 | ンディショニングヨ | TOSHIKO | 10:00 | BurnG | SAKI | | | | | 11:00 | 美姿勢ヨガ | asami | 10:00 | BurnG | SAKI | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | 16:00 | ディーメイク＆リリー | YOKO | | | |
| | | | 18:15 | ベーシックヨガ | AKIKO | | | | | | | | 18:30 | 定額ウェルネス | NATSUMI | | | |
| | | | 20:00 | BurnG | NATSUMI | 20:00 | リラックスヨガ | NATSUMI | | 20:00 | ミュージックヨガ | NATSUMI | | | | | | |
| 14 | | | 15 | | | 16 | | | 17 | 18 | | | 19 | | | 20 | | |
| 10:00 | BurnG | SAKI | | | | 10:00 | AntiGravity | misayo | | 9:30 | 定額ウェルネス | NATSUMI | | | | | | |
| 11:15 | ンディショニングヨ | TOSHIKO | 13:00 | ピラティス | KANA | | | | | 11:00 | 美姿勢ヨガ | asami | | | | 10:00 | ピラティス | KANA |
| 12:30 | 美姿勢ヨガ | asami | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | 16:00 | ディーメイク＆リリー | YOKO | | | |
| | | | 18:15 | ベーシックヨガ | AKIKO | 19:00 | TRX（40分） | Licca | | | | | 18:30 | 定額ウェルネス | NATSUMI | | | |
| | | | 20:00 | BurnG | NATSUMI | 20:00 | リラックスヨガ | NATSUMI | | 20:00 | マットピラティス | CHIHOKO | | | | | | |
| 21 | | | 22 | | | 23 | | | 24 | 25 | | | 26 | | | 27 | | |
| 10:00 | 朝ヨガ | NATSUMI | | | | | | | | 9:30 | BurnG | NATSUMI | 10:00 | BurnG | NATSUMI | 10:00 | ハタヨガ | hiroko |
| 11:15 | ンディショニングヨ | TOSHIKO | | | | 10:00 | 朝ヨガ | NATSUMI | | 11:00 | AntiGravity | YUKI | | | | 11:30 | リストラティブヨガ | hiroko |
| | | | 13:30 | BurnG | SAKI | | | | | | | | | | | リストラティブヨガ＋５５０円 | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | 13:30 | BurnG | NATSUMI |
| | | | | | | | | | | | | | 16:00 | ディーメイク＆リリー | YOKO | | （上級者） | |
| | | | | | | | | | | | | | 18:30 | 定額ウェルネス | NATSUMI | | | |
| | | | | | | 20:00 | リラックスヨガ | NATSUMI | | 20:00 | ミュージックヨガ | NATSUMI | | | | | | |
| 28 | | | 29 | | | 30 | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | BurnG | SAKI | 10:00 | BurnG | SAKI | 10:00 | AntiGravity | misayo | | | | | | | | | | |
| 11:15 | ンディショニングヨ | TOSHIKO | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:30 | 美姿勢ヨガ | asami | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 18:15 | ベーシックヨガ | AKIKO | 19:00 | TRX（40分） | Licca | | | | | | | | | | |
| | | | 20:00 | BurnG | NATSUMI | 20:00 | リラックスヨガ | NATSUMI | | | | | | | | | | |