

Bスタジオ セルフタイム バーチャルスケジュール

DAY TIME	月	火	水	木	金	土	日	DAY TIME
2026年4月～ 8:15~10:15のスケジュールはこちら。								
						レズミルズ グリット	レズミルズコア 30	
						8:15~8:45	8:15~8:45	
						ボディバランス	レズミルズ グリット	
						8:45~9:15	8:45~9:15	
レズミルズダンス	ボディバランス	レズミルズコア 15			ボディアタック	レズミルズコア 15	ボディコンバット	
9:15~9:45	9:15~9:45	9:15~9:30			9:15~9:45	9:15~9:30	9:15~9:45	
ボディバランス	レズミルズコア 15	ボディコンバット			レズミルズコア 15	レズミルズダンス	ボディアタック	
9:45~10:15	9:45~10:00	9:30~10:00			9:45~10:00	9:30~10:00	9:45~10:15	