

2026年1月レッスンスケジュール LAVA イオンタウン防府店(全スタジオ・男女共用)

※2026年01月27日02:02 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています。

1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	
—	—	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	
—	—	—	●08:00-09:00 美律 田中							●08:00-09:00 ◇下半身キレ初級 スクリーン							●08:00-09:00 美膳力 田中							
											10分						10分						10分	
			●09:30-10:30 AJ美脚 田中	●09:30-10:30 ◇開脚 スクリーン	●09:30-10:30 美膳力 田中	●09:30-10:30 サウトA 井戸		●09:30-10:30 AJヨカB 井戸		●09:30-10:30 リッパス 井戸		●09:30-10:30 PW初級 田中	●09:30-10:30 背中美人 井戸		●09:30-10:30 ◇下半身キレ初級 スクリーン	●09:30-10:30 ネイチャー 河合	●09:30-10:30 ◇ホカヒラ スクリーン	●09:30-10:30 上半身キレ初級 田中	●09:30-10:30 AJヨカB 矢野	●09:30-10:30 サウトE 矢野			●09:30-10:30 リンハリフレッシュ 河合	●09:30-10:30 AJヨカB 井戸
											10分						10分						10分	
			●11:00-12:00 ◇上半身キレ初級 スクリーン	●11:00-12:00 リッパス 井戸	●11:00-12:00 AJ美脚 田中	●11:00-12:00 ◇上半身キレ初級 スクリーン		11:00-12:00 ジョイフル 井戸		11:00-12:00 サウトA 井戸		●11:00-12:00 ◇上半身キレ初級 スクリーン	11:00-12:00 ◇呼吸で流れる スクリーン		●11:00-12:00 睡眠 田中	●11:00-12:00 ◇ハーモニックBY スクリーン	●11:00-12:00 AJ美脚 田中	●11:00-12:00 ◇下半身キレ初級 スクリーン	●11:00-12:00 AJヨカB 矢野	●11:00-12:00 ヨカフロ-リ 矢野			10:30-11:30 エナジー 井戸	●11:00-12:00 ネイチャー 河合
											10分						10分						10分	
			●12:30-13:30 AJニノデ 田中	12:30-13:30 ジョイフル 井戸	●12:30-13:30 AJヨカB 河合	●12:30-13:30 背中美人 井戸		●12:30-13:30 美律 田中		●12:30-13:30 リンハリフレッシュ 河合		●12:30-13:30 ◇ホカヒラ スクリーン	●12:30-13:30 ◇上半身キレ初級 スクリーン		12:30-13:30 PW初級 田中	●12:30-13:30 AJヨカB 矢野	●12:30-13:30 AJニノデ 田中	●12:30-13:30 ヨカフロ-リ 矢野	12:30-13:30 ◇開脚 スクリーン				●12:30-13:30 お腹 矢野	●12:00-13:00 ◇ホカヒラ スクリーン
											10分						10分						10分	
			●14:00-15:00 リッパス 井戸	●14:00-15:00 AJヨカB 矢野	●14:00-15:00 ◇骨盤 スクリーン	●14:00-15:00 リンハリフレッシュ 河合				●13:30-14:30 ◇ホカヒラ スクリーン	●14:00-15:00 ◇上半身キレ初級 スクリーン	●14:00-15:00 AJ美脚 田中	14:00-15:00 ヨカフロ-B 矢野		●14:00-15:00 ◇上半身キレ初級 スクリーン	●14:00-15:00 AJヨカB 矢野	14:00-15:00 ◇開脚 スクリーン	●14:00-15:00 骨盤 河合	●14:00-15:00 ◇びれメイク スクリーン	●14:00-15:00 AJヨカB 矢野			●13:30-14:30 AJ美脚 田中	●13:30-14:30 AJヨカB 矢野
											10分						10分						10分	
			15:30-16:45 ◇MYB スクリーン							●15:00-16:00 AJヨカB 田中	●15:30-16:30 AJ美尻 河合					●15:00-16:00 リンハリフレッシュ 河合	●15:30-16:30 骨盤 河合							●15:00-16:00 ◇上半身キレ初級 スクリーン
											10分						10分						10分	
										●16:30-17:30 お腹 矢野	●16:30-17:30 リンハリフレッシュ 河合	●16:30-17:30 AJ美脚 田中	●16:30-17:30 ジョイフル 井戸	●16:30-17:30 AJ美尻 河合	●16:30-17:30 AJヨカB 矢野	●16:30-17:30 FS-P 矢野	●16:30-17:30 ◇開脚 スクリーン	●16:30-17:30 リッパス 井戸	●16:30-17:30 AJ美尻 河合	●16:30-17:30 AJヨカB 矢野			●16:30-17:30 AJニノデ 田中	
											10分						10分						10分	
			●17:00-18:00 背中美人 井戸							●17:00-18:00 ネイチャー 河合						●17:00-18:00 リンハリフレッシュ 河合								●15:00-16:00 ◇上半身キレ初級 スクリーン
											10分						10分						10分	
										●18:00-19:00 ヨカフロ-リ 矢野	●18:00-19:00 FS-P 矢野	●18:00-19:00 AJヨカB 田中				●18:00-19:00 リッパス 井戸	●18:00-19:00 AJお腹 矢野	●18:00-19:00 AJヨカB 河合	●18:00-19:00 背中美人 井戸	●18:00-19:00 ◇下半身キレ初級 スクリーン			18:00-19:00 FS-B 井戸	●18:00-19:00 睡眠 田中
											10分						10分						10分	
																								●19:30-20:30 睡眠 田中
			●19:30-20:30 美尻 河合	●19:30-20:30 ヨカフロ-リ 矢野	●19:30-20:30 ◇開脚 スクリーン			●19:30-20:30 AJヨカB 矢野				19:30-20:45 ◇MYB スクリーン	●19:30-20:30 肩こり 田中		19:30-20:30 ジョイフル 井戸	●19:30-20:30 サウトE 矢野	●19:30-20:30 ◇上半身キレ初級 スクリーン	●19:30-20:30 リッパス 井戸	●19:30-20:30 AJヨカB 河合	●19:30-20:30 ネイチャー 河合			●19:30-20:30 睡眠 田中	
											10分						10分						10分	
																								●21:00-22:00 AJニノデ 田中
			●21:00-22:00 リンハリフレッシュ 河合	●21:00-22:00 ◇呼吸で流れる スクリーン	●21:00-22:00 美律 田中			21:00-22:00 ヨカフロ-B 矢野			●21:00-22:00 骨盤 河合	●21:00-22:00 ◇下半身キレ初級 スクリーン			●21:00-22:00 AJヨカB 井戸	●21:00-22:00 ヨカフロ-リ 矢野	●21:00-22:00 AJヨカB 井戸	●21:00-22:00 AJヨカB 河合					●21:00-22:00 AJニノデ 田中	



定休日

臨時休業

臨時休業

定休日

定休日

定休日

