スタジオレッスンスケジュール

上段:レッスン時間
中段：レッスン内容
下段:講師名

2026/12/01(火)～2026/12/27(日)

TSUTAYA Conditioning PILATES仙台荒井店

月	火	水	木	金	土	日
ピラティス	ピラティス	ピラティス	ピラティス	ピラティス	ピラティス	ピラティス
9:30~10:15 ピラティス初級 7日,14日sao 21日,28日chie	9:30~10:15 ピラティス初級 MAKI	9:30~10:15 ピラティス初級 chie	9:30~10:15 ピラティス初級 YOKO	9:30~10:15 ピラティス初級 MAKI	9:30~10:15 ピラティス初級 noriko	9:30~10:15 ピラティス初級 6日,13日sao 20日,27日mika
後半～担当者変更						後半～担当者変更
10:45~11:30 ピラティス初級 YOKO	10:45~11:30 ピラティス初級 MAKI	10:45~11:30 ピラティス初級 chie	10:45~11:30 ピラティス初級 YOKO	10:45~11:30 ピラティス初級 MAKI	10:45~11:30 ピラティス初級 noriko	10:45~11:30 ピラティス初級 6日,13日sao 20日,27日mika
						後半～担当者変更
					13:30~14:15 ピラティス初級 noriko	13:30~14:15 ピラティス初級 6日,13日sao 20日,27日Chika
						後半～担当者変更
					14:45~15:30 ピラティス初級 noriko	14:45~15:30 ピラティス初級 6日,13日sao 20日,27日Chika
						後半～担当者変更
18:30~19:15 ピラティス初級 mika	18:30~19:15 ピラティス初級 noriko	18:30~19:15 ピラティス初級 noriko	18:30~19:15 ピラティス初級 mika	18:30~19:15 ピラティス初級 4日,11日sao 18日,25日ai		
				後半～担当者変更		
19:45~20:30 ピラティス初級 mika	19:45~20:30 ピラティス初級 noriko	19:45~20:30 ピラティス初級 noriko	19:45~20:30 ピラティス初級 mika	19:45~20:30 ピラティス初級 4日,11日sao 18日,25日ai		
				後半～担当者変更		

※レッスン本数、時間はお客様の増減に合わせて適時変更させていただきます。
※ピラティススタジオはマシンピラティスになります。（ピラティス会員様のみ参加可）

TSUTAYA Conditioning