

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

2026/07/01(水)～2026/07/31(金)

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 sao	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 3,10→chie 17→sao 24,31→KAE	9:30～10:15 ピラティス初級 noriko	9:30～10:15 ピラティス初級 sao
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 3,10→chie 17→sao 24,31→KAE	10:45～11:30 ピラティス初級 noriko	10:45～11:30 ピラティス初級 sao
					13:30～14:15 ピラティス初級 noriko	13:30～14:15 ピラティス初級 sao
					14:45～15:30 ピラティス初級 noriko	14:45～15:30 ピラティス初級 sao
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 sao		
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 sao		

※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