

スタジオレッスンスケジュール

2026/10/01(木)～2026/10/31(土)						作新学院前店
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
9:15～10:00 ピラティス初級 Aki	9:15～10:00 ピラティス初級 ayane	9:15～10:00 ピラティス初級 AYAKO	9:15～10:00 ピラティス中級 akiko	9:15～10:00 ピラティス初級 MICHIO	9:15～10:00 ピラティス初級 kumiko	9:15～10:00 ピラティス初級 hana
					10:20～11:05 ピラティス初級 kumiko	10:20～11:05 ピラティス初級 hana
10:45～11:30 ピラティス中級 Aki	10:45～11:30 ピラティス初級 ayane	10:45～11:30 ピラティス初級 AYAKO	10:45～11:30 ピラティス初級 akiko	10:45～11:30 ピラティス初級 MICHIO		
						11:25～12:10 ピラティス初級 hana
			12:00～13:00 パーソナルレッスン		11:30～12:30 パーソナルレッスン	
					13:00～13:45 ピラティス初級 hana	13:00～13:45 ピラティス中級 hana
13:30～14:00 個人練習利用 有料	13:30～14:00 個人練習利用 有料	13:30～14:00 個人練習利用 有料	13:30～14:00 個人練習利用 有料	13:30～14:00 個人練習利用 有料		
14:00～14:30 個人練習利用 有料	14:00～14:30 個人練習利用 有料	14:00～14:30 個人練習利用 有料	14:00～14:30 個人練習利用 有料	14:00～14:30 個人練習利用 有料	14:05～14:50 ピラティス初級 RIN	14:05～14:50 ピラティス初級 hana
14:30～15:00 個人練習利用 有料	14:30～15:00 個人練習利用 有料	14:30～15:00 個人練習利用 有料	14:30～15:00 個人練習利用 有料	14:30～15:00 個人練習利用 有料		
15:00～15:30 個人練習利用 有料	15:00～15:30 個人練習利用 有料	15:00～15:30 個人練習利用 有料	15:00～15:30 個人練習利用 有料	15:00～15:30 個人練習利用 有料	15:10～15:55 ピラティス初級 RIN	
15:30～16:00 個人練習利用 有料	15:30～16:00 個人練習利用 有料	15:30～16:00 個人練習利用 有料	15:30～16:00 個人練習利用 有料	15:30～16:00 個人練習利用 有料		
16:00～16:30 個人練習利用 有料	16:00～16:30 個人練習利用 有料	16:00～16:30 個人練習利用 有料	16:00～16:30 個人練習利用 有料	16:00～16:30 個人練習利用 有料		
16:30～17:00 個人練習利用 有料	16:30～17:00 個人練習利用 有料	16:30～17:00 個人練習利用 有料	16:30～17:00 個人練習利用 有料	16:30～17:00 個人練習利用 有料	16:30～17:30 パーソナルレッスン	16:30～17:30 パーソナルレッスン
17:00～17:30 個人練習利用 有料	17:00～17:30 個人練習利用 有料	17:00～17:30 個人練習利用 有料	17:00～17:30 個人練習利用 有料	17:00～17:30 個人練習利用 有料		
17:30～18:00 個人練習利用 有料	17:30～18:00 個人練習利用 有料	17:30～18:00 個人練習利用 有料	17:30～18:00 個人練習利用 有料	17:30～18:00 個人練習利用 有料		
					18:30～19:00 個人練習利用 有料	18:30～19:00 個人練習利用 有料
19:00～19:45 ピラティス初級 MICHIO	19:00～19:45 ピラティス中級 yoshiko	19:00～19:45 ピラティス初級 Shimizu	19:00～19:45 ピラティス初級 久保美佐代	19:00～19:45 ピラティス中級 久保美佐代	19:00～19:30 個人練習利用 有料	19:00～19:30 個人練習利用 有料
					19:30～20:00 個人練習利用 有料	19:30～20:00 個人練習利用 有料
					20:00～20:30 個人練習利用 有料	20:00～20:30 個人練習利用 有料
20:30～21:15 ピラティス初級 MICHIO	20:30～21:15 ピラティス初級 久保美佐代	20:30～21:15 ピラティス初級 Shimizu		20:30～21:15 ピラティス初級 久保美佐代	20:30～21:00 個人練習利用 有料	20:30～21:00 個人練習利用 有料

※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