

# 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

2026/08/01(土)~2026/08/31(月)

川崎駅前店

| 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                            |
| 10:15~11:00<br>ピラティス初級<br>anri  | 10:15~11:00<br>ピラティス初級<br>minami | 10:15~11:00<br>ピラティス初級<br>Eri |                                | 10:15~11:00<br>ピラティス初級<br>AYAKO | 10:15~11:00<br>ピラティス初級<br>meme   | 10:15~11:00<br>ピラティス初級<br>KYOKA  |
|                                 |                                  |                               | 11:00~11:45<br>ピラティス初級<br>taka |                                 |                                  |                                  |
| 11:30~12:15<br>ピラティス初級<br>anri  | 11:30~12:15<br>ピラティス初級<br>minami | 11:30~12:15<br>ピラティス初級<br>Eri |                                | 11:30~12:15<br>ピラティス初級<br>AYAKO | 11:30~12:15<br>ピラティス初級<br>meme   | 11:30~12:15<br>ピラティス初級<br>KYOKA  |
|                                 |                                  |                               |                                |                                 |                                  |                                  |
| 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>AYAME | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>Mayuko | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>有   | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>taka |                                 | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>kimie  | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>minami |
|                                 |                                  |                               |                                |                                 |                                  |                                  |
| 14:15~15:00<br>ピラティス初級<br>AYAME | 14:15~15:00<br>ピラティス初級<br>Mayuko | 14:15~15:00<br>ピラティス初級<br>有   | 14:15~15:00<br>ピラティス中級<br>taka |                                 |                                  | 14:15~15:00<br>ピラティス中級<br>minami |
|                                 |                                  |                               |                                |                                 | 15:00~15:45<br>ピラティス初級<br>Kumiko |                                  |
| 15:30~16:15<br>ピラティス初級<br>AYAME |                                  | 15:30~16:15<br>ピラティス初級<br>有   |                                |                                 |                                  |                                  |
|                                 |                                  |                               |                                |                                 | 16:15~17:00<br>ピラティス初級<br>Kumiko |                                  |
|                                 |                                  |                               |                                |                                 |                                  |                                  |
| 18:00~18:45<br>ピラティス初級<br>kimie |                                  |                               |                                | 18:00~18:45<br>ピラティス初級<br>anri  |                                  |                                  |
|                                 |                                  |                               |                                |                                 |                                  |                                  |
| 19:15~20:00<br>ピラティス初級<br>kimie | 19:00~19:45<br>ピラティス初級<br>yucco  |                               | 19:00~19:45<br>ピラティス初級<br>Ryo  | 19:15~20:00<br>ピラティス初級<br>anri  |                                  |                                  |
|                                 |                                  |                               |                                |                                 |                                  |                                  |
|                                 | 20:15~21:00<br>ピラティス中級<br>yucco  |                               | 20:15~21:00<br>ピラティス初級<br>Ryo  |                                 |                                  |                                  |
|                                 |                                  |                               |                                |                                 |                                  |                                  |

※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