

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) 田園調布店						
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
8:10~8:55 ピラティス初級 Ayaka		8:10~8:55 ピラティス初級 YUKO		8:10~8:55 ピラティス初級 Mai		
					9:00~9:45 ピラティス初級 Kimie	9:00~9:45 ピラティス初級 AYAKO
9:30~10:15 ピラティス初級 Ayaka	9:30~10:15 ピラティス初級 hitomi	9:30~10:15 ピラティス初級 YUKO	9:30~10:15 ピラティス初級 chie	9:30~10:15 ピラティス初級 Mai		
					10:15~11:00 ピラティス初級 Kimie	10:15~11:00 ピラティス中級 AYAKO
11:00~11:45 ピラティス初級 Ayaka	11:00~11:45 ピラティス中級 hitomi	11:00~11:45 ピラティス初級 YUKO	11:00~11:45 ピラティス初級 chie	11:00~11:45 ピラティス初級 Mai	11:30~12:15 ピラティス初級 Miyo	
	13:00~13:45 ピラティス初級 リョウコ		13:00~13:45 ピラティス初級 すず		13:00~13:45 ピラティス初級 Mariko	
					14:30~15:15 ピラティス中級 Mariko	14:30~15:15 ピラティス初級 AYAKO
						15:45~16:30 ピラティス初級 AYAKO
	18:00~18:45 ピラティス初級 CHIIHIRO			18:00~18:45 ピラティス初級 AYAKO		
19:30~20:15 ピラティス初級 Mariko	19:30~20:15 ピラティス初級 Nana	19:30~20:15 ピラティス初級 Jun	19:30~20:15 ピラティス初級 Mariko	19:30~20:15 ピラティス中級 AYAKO		
20:45~21:30 ピラティス初級 Mariko		20:45~21:30 ピラティス初級 Jun	20:45~21:30 ピラティス初級 Mariko			

※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