

スタジオレッスンスケジュール

2026/08/01(土)~2026/08/31(月)

福井高柳店

月		火		水		木		金		土		日	
ピラティス	ヨガ	ピラティス	ヨガ	ピラティス	ヨガ	ピラティス	ヨガ	ピラティス	ヨガ	ピラティス	ヨガ	ピラティス	ヨガ
10:30～11:15 ピラティス初級 YURI		10:30～11:15 ピラティス初級 Makiko			10:30～11:30 基本ヨガ Makiko	10:30～11:15 ピラティス初級 YURI		10:30～11:15 ピラティス初級 Nami		10:30～11:15 ピラティス初級 望			10:30～11:30 回復ヨガ YURI 9日、23日
11:45～12:30 ピラティス初級 YURI		11:45～12:45 改善ヨガ Makiko			12:00～12:45 ピラティス初級 Makiko	11:45～12:30 ピラティス初級 YURI		11:45～12:30 ピラティス初級 Nami		11:45～12:45 基本ヨガ 望			12:00～12:45 ピラティス初級 YURI9日、23日 Nami 2日、16日、30日
	13:00～14:00 基本ヨガ YURI	13:15～14:00 ピラティス初級 Makiko		13:15～14:00 ピラティス初級 Miiru			13:00～14:00 改善ヨガ Miiru	13:00～13:45 ピラティス初級 YURI		13:15～14:00 ピラティス初級 望		13:15～14:00 ピラティス初級 YURI19日、23日 Nami 2日、16日、30日	
						14:30～15:30 骨盤ヨガ Miiru	14:30～15:15 ピラティス初級 Miiru		14:15～15:15 骨盤ヨガ YURI		14:30～15:15 ピラティス初級 YURI19日、23日 Nami 2日、16日、30日		

[illegible]

※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