

スタジオレッスンスケジュール

2026/08/01(土)～2026/08/31(月)										三方原店			
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
												時間変更	
9:30～10:15 ピラティス初級 Yocchi			9:30～10:30 流動ヨガ Megu				9:30～10:30 基本ヨガ Yocchi	9:30～10:15 ピラティス中級 MINA		内容変更 9:30～10:15 ピラティス中級 マイページで予約枠の確認をお願いします		9:15～10:00 ピラティス初級 yuka	
					10:00～11:00 浄化ヨガ KASUMI							増設	
	10:45～11:45 瞑想ヨガ Yocchi											10:15～11:00 ピラティス初級 yuka	
			11:00～12:00 回復ヨガ MINA				11:00～11:45 ピラティス初級 Yocchi			10:45～11:45 基本ヨガ MINA			時間変更
				11:30～12:15 ピラティス初級 KASUMI									11:15～12:15 骨盤ヨガ yuka
担当者・時間変更								12:15～13:00 ピラティス初級 MINA				時間変更	
12:30～13:15 ピラティス初級 setsuko		12:30～13:15 ピラティス初級 Megu										12:30～13:15 ピラティス中級 yuka	
				13:00～13:45 ピラティス初級 Megu						13:00～13:45 ピラティス初級 KAORI			時間変更
担当者・時間変更													13:30～14:30 回復ヨガ yuka
13:45～14:30 ピラティス中級 setsuko		14:00～14:45 ピラティス初級 Megu		14:15～15:00 ピラティス中級 Megu				内容変更 14:15～15:00 ピラティス中級 KASUMI		14:15～15:00 ピラティス中級 KAORI			
												14:45～15:30 ピラティス初級 MINA	
								増枠					
						15:30～16:15 ピラティス初級 KASUMI		15:30～16:15 ピラティス初級 KASUMI		15:30～16:15 ピラティス初級 KAORI			
												16:00～16:45 ピラティス中級 MINA	
										担当者変更			
										17:15～18:00 ピラティス初級 SAKI			
										担当者変更			
										18:30～19:15 ピラティス初級 SAKI			
19:05～19:50 ピラティス初級 MINA			19:05～20:05 回復ヨガ MINA		増設 19:05～20:05 休幹ヨガ MINA		19:05～20:05 基本ヨガ MINA		19:00～20:00 回復ヨガ Kaori				
	20:10～21:10 基本ヨガ MINA	20:25～21:10 ピラティス中級 MINA		担当者変更 20:25～21:10 ピラティス初級 MINA			20:25～21:10 ピラティス初級 MINA		20:25～21:10 ピラティス初級 KIMI				

※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