

# 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)      |                                 |                                 |                                  |                                  |                                |                                    | TSUTAYA Conditioning PILATESサントムーン柿田川店 |  |  |  |  |  |  |
|----------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| 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                              |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 10:30~11:15<br>ピラティス初級<br>sayuri | 10:30~11:15<br>ピラティス初級<br>まゆみ   | 10:30~11:15<br>ピラティス初級<br>KYOKO | 10:30~11:15<br>ピラティス初級<br>AZUMI  | 10:30~11:15<br>ピラティス初級<br>sayuri | 10:30~11:15<br>ピラティス初級<br>anna | 10:30~11:15<br>ピラティス初級<br>Sugiyama |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  |                                 |                                 |                                  |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 11:45~12:30<br>ピラティス初級<br>sayuri | 11:45~12:30<br>ピラティス初級<br>まゆみ   | 11:45~12:30<br>ピラティス初級<br>KYOKO | 11:45~12:30<br>ピラティス初級<br>AZUMI  | 11:45~12:30<br>ピラティス初級<br>sayuri | 11:45~12:30<br>ピラティス初級<br>anna | 11:45~12:30<br>ピラティス初級<br>Sugiyama |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  |                                 |                                 |                                  |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 13:00~13:30<br>個人練習利用<br>有料      | 13:00~13:30<br>個人練習利用<br>有料     | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>KYOKO | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>NORIKO | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>NORIKO | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>anna | 13:00~13:45<br>ピラティス初級<br>Sugiyama |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 13:30~14:00<br>個人練習利用<br>有料      | 13:30~14:00<br>個人練習利用<br>有料     |                                 |                                  |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 14:00~14:30<br>個人練習利用<br>有料      | 14:00~14:30<br>個人練習利用<br>有料     |                                 | 14:15~15:00<br>ピラティス初級<br>NORIKO | 14:15~15:00<br>ピラティス初級<br>AZUMI  |                                | 14:15~15:00<br>ピラティス初級<br>Sugiyama |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 14:30~15:00<br>個人練習利用<br>有料      | 14:30~15:00<br>個人練習利用<br>有料     |                                 |                                  |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 15:00~15:30<br>個人練習利用<br>有料      | 15:00~15:30<br>個人練習利用<br>有料     |                                 |                                  |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 15:30~16:00<br>個人練習利用<br>有料      | 15:30~16:00<br>個人練習利用<br>有料     | 15:30~16:00<br>個人練習利用<br>有料     | 15:30~16:00<br>個人練習利用<br>有料      | 15:30~16:00<br>個人練習利用<br>有料      | 15:30~16:00<br>個人練習利用<br>有料    | 15:30~16:00<br>個人練習利用<br>有料        |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 16:45~17:30<br>ピラティス初級<br>まゆみ    | 16:00~16:30<br>個人練習利用<br>有料     | 16:00~16:30<br>個人練習利用<br>有料     | 16:00~16:30<br>個人練習利用<br>有料      | 16:00~16:30<br>個人練習利用<br>有料      | 16:00~16:30<br>個人練習利用<br>有料    | 16:00~16:30<br>個人練習利用<br>有料        |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  | 16:30~17:00<br>個人練習利用<br>有料     | 16:30~17:00<br>個人練習利用<br>有料     | 16:30~17:00<br>個人練習利用<br>有料      | 16:45~17:30<br>ピラティス中級<br>まゆみ    | 17:00~17:45<br>ピラティス初級<br>MAI  | 16:30~17:00<br>個人練習利用<br>有料        |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  | 17:00~17:30<br>個人練習利用<br>有料     | 17:00~17:30<br>個人練習利用<br>有料     | 17:00~17:30<br>個人練習利用<br>有料      |                                  |                                | 17:00~17:30<br>個人練習利用<br>有料        |                                        |  |  |  |  |  |  |
| 18:00~18:45<br>ピラティス初級<br>まゆみ    | 17:30~18:00<br>個人練習利用<br>有料     | 17:30~18:00<br>個人練習利用<br>有料     | 17:30~18:00<br>個人練習利用<br>有料      | 18:00~18:45<br>ピラティス初級<br>まゆみ    |                                | 17:30~18:00<br>個人練習利用<br>有料        |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  | 18:00~18:30<br>個人練習利用<br>有料     | 18:00~18:30<br>個人練習利用<br>有料     | 18:00~18:30<br>個人練習利用<br>有料      |                                  |                                | 18:00~18:30<br>個人練習利用<br>有料        |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  |                                 |                                 |                                  |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  | 19:00~19:45<br>ピラティス初級<br>SEIKO | 19:00~19:45<br>ピラティス初級<br>まゆみ   | 19:00~19:45<br>ピラティス初級<br>HIROMI |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  |                                 |                                 |                                  |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  | 20:15~21:00<br>ピラティス初級<br>SEIKO | 20:15~21:00<br>ピラティス初級<br>まゆみ   | 20:15~21:00<br>ピラティス初級<br>HIROMI |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  |                                 |                                 |                                  |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |
|                                  |                                 |                                 |                                  |                                  |                                |                                    |                                        |  |  |  |  |  |  |

※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