

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

2026/07/02(木)～2026/07/30(木)							PINOS PILATES produced by TSUTAYA Conditioning			
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				
10:00～10:45 ピラティス初級 satsuki	10:00～10:45 ピラティス初級 kyoko	10:00～10:45 ピラティス初級 まどか	10:00～10:45 ピラティス初級 SHIGE	10:00～10:45 ピラティス初級 satsuki		10:00～10:45 ピラティス初級 OYONE				
					10:30～11:15 ピラティス初級 ゆかり					
11:15～12:00 ピラティス初級 satsuki	11:15～12:00 ピラティス初級 kyoko	11:15～12:00 ピラティス初級 まどか	11:15～12:00 ピラティス初級 SHIGE	11:15～12:00 ピラティス初級 satsuki		11:15～12:00 ピラティス初級 OYONE				
					11:45～12:30 ピラティス初級 ゆかり					
					13:00～13:45 ピラティス初級 OYONE					
		13:30～14:15 ピラティス初級 MIHO	13:30～14:15 ピラティス初級 Yuka		13:30～14:15 ピラティス初級 MIHO					
		14:45～15:30 ピラティス初級 MIHO	14:45～15:30 ピラティス初級 Yuka		14:45～15:30 ピラティス初級 MIHO	14:15～15:00 ピラティス初級 OYONE				
	17:00～17:45 ピラティス初級 karina									
18:00～18:45 ピラティス初級 本多由佳	18:00～18:45 ピラティス初級 karina									
19:15～20:00 ピラティス初級 本多由佳	19:15～20:00 ピラティス初級 karina						19:00～19:45 ピラティス初級 まどか	19:00～19:45 ピラティス初級 kyoko		
			20:15～21:00 ピラティス初級 まどか	20:15～21:00 ピラティス初級 kyoko						
定休日：毎月1日・11日・21日・月末最終日（月末月初2日連続）、お盆、年末年始										

※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