

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)					TSUTAYA Conditioning 香里園店	
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
8:30~9:15 ピラティス初級 SHIGE			8:30~9:15 ピラティス初級 西岡			
	9:00~9:45 ピラティス初級 SHIGE	9:00~9:45 ピラティス初級 SHIGE		9:00~9:45 ピラティス初級 saki	9:00~9:45 ピラティス初級 saki	
9:45~10:30 ピラティス初級 SHIGE			9:45~10:30 ピラティス中級 西岡			
	10:15~11:00 ピラティス中級 SHIGE	10:15~11:00 ピラティス初級 SHIGE		10:15~11:00 ピラティス初級 saki	10:15~11:00 ピラティス初級 saki	10:00~10:45 ピラティス初級 Yuki
11:00~11:45 ピラティス初級 SHIGE			11:00~11:45 ピラティス初級 西岡			
		11:30~12:15 ピラティス初級 Maki		11:30~12:15 ピラティス初級 Maki	11:30~12:15 ピラティス初級 saki	11:15~12:00 ピラティス初級 Yuki
12:15~13:00 ピラティス初級 saki						
		12:45~13:30 ピラティス初級 Maki		12:45~13:30 ピラティス初級 Maki		
13:30~14:15 ピラティス初級 saki	13:00~13:45 ピラティス初級 Yuka				13:00~13:45 ピラティス初級 HIROMI	
	14:30~15:15 ピラティス初級 Yuka			14:30~15:15 ピラティス初級 Yuka	14:30~15:15 ピラティス初級 HIROMI	
	15:45~16:30 ピラティス初級 Yuka			15:45~16:30 ピラティス初級 Yuka	15:45~16:30 ピラティス初級 HIROMI	15:30~16:15 ピラティス初級 HIROMI
					17:00~17:45 ピラティス初級 HIROMI	16:45~17:30 ピラティス初級 HIROMI
		18:30~19:15 ピラティス初級 AKINA	18:30~19:15 ピラティス初級 SHIGE	18:30~19:15 ピラティス初級 Yuka		18:00~18:45 ピラティス初級 HIROMI
19:00~19:45 ピラティス初級 Kumiko						
		19:40~20:25 ピラティス初級 AKINA	19:40~20:25 ピラティス初級 SHIGE	19:40~20:25 ピラティス初級 Yuka		19:15~20:00 ピラティス初級 HIROMI
20:15~21:00 ピラティス初級 Kumiko						
			20:50~21:35 ピラティス初級 SHIGE			

※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