

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 PILATES 牧野高校前店	
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		
				9:20~10:05 ピラティス初級 KAZU				
9:30~10:15 ピラティス初級 西岡	9:30~10:15 ピラティス初級 KAZU	9:30~10:15 ピラティス初級 saki	9:30~10:15 ピラティス初級 AYANO		9:30~10:15 ピラティス初級 AKINA	9:30~10:00 個人練習利用 有料		
						10:00~10:30 個人練習利用 有料		
10:45~11:30 ピラティス初級 西岡	10:45~11:30 ピラティス初級 KAZU	10:45~11:30 ピラティス初級 saki	10:45~11:30 ピラティス初級 AYANO	10:45~11:30 ピラティス初級 AKINA	11:00~11:45 ピラティス初級 kyoko	11:00~11:45 ピラティス初級 週替り		
12:00~12:45 ピラティス中級 西岡			12:00~12:30 個人練習利用 有料	12:00~12:45 ピラティス初級 AKINA		12:15~13:00 ピラティス初級 週替り		
	12:30~13:15 ピラティス初級 saki	12:30~13:15 ピラティス初級 masami						
13:00~13:30 個人練習利用 有料			13:00~13:45 ピラティス初級 西岡					
13:30~14:00 個人練習利用 有料								
14:00~14:30 個人練習利用 有料	13:45~14:30 ピラティス初級 saki	13:45~14:30 ピラティス初級 masami			13:30~14:15 ピラティス中級 Yuka	13:30~14:15 ピラティス中級 週替り		
14:30~15:00 個人練習利用 有料			14:15~15:00 ピラティス初級 西岡					
15:00~15:30 個人練習利用 有料		15:00~15:30 個人練習利用 有料		15:00~15:45 ピラティス初級 atsuko	14:45~15:30 ピラティス初級 Yuka	14:45~15:30 ピラティス初級 週替り		
15:30~16:00 個人練習利用 有料		15:30~16:00 個人練習利用 有料						
16:00~16:30 個人練習利用 有料	16:00~16:30 個人練習利用 有料	16:00~16:30 個人練習利用 有料		16:00~16:30 個人練習利用 有料	16:00~16:30 個人練習利用 有料	16:00~16:30 個人練習利用 有料		
	16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:00 個人練習利用 有料		
			17:00~17:30 個人練習利用 有料		17:00~17:30 個人練習利用 有料			
17:30~18:15 ピラティス初級 AKINA		17:30~18:00 個人練習利用 有料	17:30~18:00 個人練習利用 有料	17:30~18:00 個人練習利用 有料	17:30~18:00 個人練習利用 有料	17:30~18:15 ピラティス初級 Yuki		
		18:00~18:30 個人練習利用 有料	18:00~18:30 個人練習利用 有料	18:00~18:30 個人練習利用 有料	18:00~18:30 個人練習利用 有料			
		18:30~19:00 個人練習利用 有料		18:30~19:00 個人練習利用 有料	18:30~19:00 個人練習利用 有料			
18:45~19:30 ピラティス初級 AKINA								
	19:15~20:00 ピラティス初級 西岡		19:15~20:00 ピラティス初級 NAGISA	19:40~20:25 ピラティス初級 西岡				
20:00~20:30 個人練習利用 有料		19:40~20:25 ピラティス初級 chichi			20:00~20:30 個人練習利用 有料	20:00~20:30 個人練習利用 有料		
20:30~21:00 個人練習利用 有料	20:30~21:15 ピラティス初級 西岡		20:30~21:15 ピラティス初級 NAGISA	20:50~21:35 ピラティス中級 西岡	20:30~21:00 個人練習利用 有料	20:30~21:00 個人練習利用 有料		
21:00~21:30 個人練習利用 有料					21:00~21:30 個人練習利用 有料	21:00~21:30 個人練習利用 有料		
	21:30~22:00 個人練習利用 有料		21:30~22:00 個人練習利用 有料		21:30~22:00 個人練習利用 有料	21:30~22:00 個人練習利用 有料		
22:30~23:00 個人練習利用 有料		22:30~23:00 個人練習利用 有料		22:30~23:00 個人練習利用 有料				

※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