

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)

PILATES Studio HAKU produced by TSUTAYA conditioning 西条店

月 ピラティス	火 ピラティス	水 ピラティス	木 ピラティス	金 ピラティス	土 ピラティス	日 ピラティス
				9:15~10:00 ピラティス初級 吉川絵理香		
					9:30~10:15 ピラティス中級 aya	9:45~10:30 ピラティス初級 週替わり
					クラス変更	
				10:30~11:15 ピラティス初級 週替り		
					10:45~11:30 ピラティス初級 aya	
				11:45~12:30 ピラティス初級 週替り		
					12:00~12:45 ピラティス中級 aya	
						12:30~13:15 ピラティス初級 中村まゆみ
					13:15~14:00 ピラティス初級 aya	
						13:45~14:30 ピラティス中級 中村まゆみ
						クラス変更
						15:00~15:45 ピラティス初級 中村まゆみ
	18:00~18:45 ピラティス初級 中村 まゆみ	18:00~18:45 ピラティス初級 吉川絵理香		18:00~18:45 ピラティス中級 中村まゆみ		
	19:00~19:45 ピラティス初級 中村 まゆみ	19:15~20:00 ピラティス初級 吉川絵理香	19:00~19:45 ピラティス初級 中村 まゆみ	19:15~20:00 ピラティス初級 中村 まゆみ		
	時間変更					
	20:15~21:00 ピラティス初級 FUMI					

※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