

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)

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
		10:00~10:45 ピラティス中級 FUMI	10:00~10:45 ピラティス初級 hitomi	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 FUMI
				10:30~11:15 ピラティス初級 脇本恵美	10:45~11:30 ピラティス初級 aya	2,16,30日開講
						11:00~11:45 ピラティス初級 FUMI
	11:15~12:00 ピラティス初級 吉川絵理香	11:15~12:00 ピラティス初級 FUMI	11:15~12:00 ピラティス中級 Hitomi			2,16,30日開講
				11:45~12:30 ピラティス初級 脇本恵美	12:00~12:45 ピラティス中級 aya	
	12:30~13:15 ピラティス初級 吉川絵理香					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
						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 ピラティス初級 中村まゆみ	18:00~18:45 ピラティス中級 FUMI		
			New			
	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 ピラティス中級 中村まゆみ	19:15~20:00 ピラティス初級 FUMI		
			クラス変更			
	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