

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 新湊店

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
9:30~10:15 ピラティス初級 三村典子			9:30~10:15 ピラティス初級 Misa		9:30~10:15 ピラティス初級 asuka	9:30~10:15 ピラティス初級 Misa
	10:00~10:45 ピラティス初級 Michika	10:00~10:45 ピラティス初級 洋子		10:00~10:45 ピラティス初級 keiko		
10:45~11:30 ピラティス初級 三村典子					10:45~11:30 ピラティス初級 asuka	10:45~11:30 ピラティス初級 Misa
	11:15~12:00 ピラティス中級 Michika	11:15~12:00 ピラティス初級 洋子		11:15~12:00 ピラティス初級 keiko		
					11:45~12:15 個人練習利用 有料	
12:15~12:45 個人練習利用 有料	12:15~12:45 個人練習利用 有料	12:15~12:45 個人練習利用 有料		12:15~12:45 個人練習利用 有料		
			13:15~14:00 ピラティス初級 Misa			13:30~14:15 ピラティス初級 yu-ki
			14:15~14:45 個人練習利用 有料			14:45~15:30 ピラティス中級 yu-ki
					18:00~18:45 ピラティス初級 yu-ki	
18:30~19:15 ピラティス初級 三村典子	19:00~19:45 ピラティス初級 まや		19:00~19:45 ピラティス初級 まや	19:30~20:15 ピラティス初級 KEIKO		
19:45~20:30 ピラティス初級 三村典子	20:15~21:00 ピラティス初級 まや		20:15~21:00 ピラティス中級 まや	20:45~21:30 ピラティス初級 yu-ki		

※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