

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 南熊本店

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 さや	8:30~9:15 ピラティス初級 週替り
9:00~9:45 ピラティス初級 Shiho			9:00~9:45 ピラティス初級 Shiho			
		9:45~10:30 ピラティス初級 さや		9:45~10:30 ピラティス中級 JURI	9:45~10:30 ピラティス初級 さや	9:45~10:30 ピラティス初級 週替り
10:15~11:00 ピラティス初級 Shiho			10:15~11:00 ピラティス初級 Shiho			
		11:00~11:45 ピラティス初級 さや		11:00~11:45 ピラティス初級 JURI	11:00~11:45 ピラティス中級 さや	
					13:00~13:45 ピラティス初級 週替り	13:00~13:45 ピラティス初級 週替り
						12.26日開講
			14:15~15:00 ピラティス初級 あすか		14:15~15:00 ピラティス初級 週替り	14:15~15:00 ピラティス初級 週替り
						12.26日開講
			15:30~16:15 ピラティス初級 あすか			
18:30~19:15 ピラティス初級 Ricca	18:30~19:15 ピラティス初級 さや		18:30~19:15 ピラティス中級 JURI			
		19:00~19:45 ピラティス初級 Takako		19:00~19:45 ピラティス初級 aki		
19:45~20:30 ピラティス中級 Ricca	19:45~20:30 ピラティス初級 週替り		19:45~20:30 ピラティス初級 JURI		19:30~20:15 ピラティス初級 週替り	
		20:15~21:00 ピラティス初級 Takako		20:15~21:00 ピラティス初級 aki		

※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