

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

2026/09/01(火)~2026/09/30(水) 千歳船橋店						
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
8:10~8:55 ピラティス初級 Mai				8:10~8:55 ピラティス初級 hitomi	8:10~8:55 ピラティス初級 hitomi	8:10~8:55 ピラティス初級 Yuki
9:30~10:15 ピラティス初級 Mai	9:30~10:15 ピラティス初級 nanako	9:30~10:15 ピラティス中級 Satoco	9:30~10:15 ピラティス初級 nanako	9:30~10:15 ピラティス初級 hitomi	9:30~10:15 ピラティス中級 hitomi	9:30~10:15 ピラティス初級 Yuki
11:00~11:45 ピラティス初級 Jun	11:00~11:45 ピラティス初級 nanako	11:00~11:45 ピラティス初級 Satoco	11:00~11:45 ピラティス初級 nanako			
13:00~13:45 ピラティス初級 Jun					13:00~13:45 ピラティス初級 ASUKA	13:00~13:45 ピラティス初級 Jun
					14:30~15:15 ピラティス初級 ASUKA	14:15~15:00 ピラティス初級 Jun
	18:00~18:45 ピラティス初級 Yuki		18:00~18:45 ピラティス初級 Kimie			
	19:30~20:15 ピラティス初級 Yuki	19:30~20:15 ピラティス初級 ASUKA	19:30~20:15 ピラティス中級 Kimie	19:30~20:15 ピラティス初級 MANGO		
		20:45~21:30 ピラティス初級 ASUKA		20:45~21:30 ピラティス初級 MANGO		

※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