

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

2026/10/01(木)~2026/10/31(土)					TSUTAYA Conditioning PILATES仙台荒井店	
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 sao	9:30~10:15 ピラティス初級 MAKI	9:30~10:15 ピラティス初級 chie	9:30~10:15 ピラティス初級 YOKO	9:30~10:15 ピラティス初級 MAKI	9:30~10:15 ピラティス初級 noriko	9:30~10:15 ピラティス初級 sao
10:45~11:30 ピラティス初級 YOKO	10:45~11:30 ピラティス初級 MAKI	10:45~11:30 ピラティス初級 chie	10:45~11:30 ピラティス初級 YOKO	10:45~11:30 ピラティス初級 MAKI	10:45~11:30 ピラティス初級 noriko	10:45~11:30 ピラティス初級 sao
					13:30~14:15 ピラティス初級 noriko	13:30~14:15 ピラティス初級 sao
					14:45~15:30 ピラティス初級 noriko	14:45~15:30 ピラティス初級 sao
18:30~19:15 ピラティス初級 mika	18:30~19:15 ピラティス初級 noriko	18:30~19:15 ピラティス初級 noriko	18:30~19:15 ピラティス初級 mika	18:30~19:15 ピラティス初級 sao		
19:45~20:30 ピラティス初級 mika	19:45~20:30 ピラティス初級 noriko	19:45~20:30 ピラティス初級 noriko	19:45~20:30 ピラティス初級 mika	19:45~20:30 ピラティス初級 sao		

※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