

スタジオレッスンスケジュール

2026/11/01(日)~2026/11/30(月)						作新学院前店
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
9:15~10:00 ピラティス初級 Aki	9:15~10:00 ピラティス初級 ayane	9:15~10:00 ピラティス初級 AYAKO	9:15~10:00 ピラティス中級 akiko	9:15~10:00 ピラティス初級 MICHIYO	9:15~10:00 ピラティス初級 kumiko	9:15~10:00 ピラティス初級 hana
					10:20~11:05 ピラティス初級 kumiko	10:20~11:05 ピラティス初級 hana
10:45~11:30 ピラティス中級 Aki	10:45~11:30 ピラティス初級 ayane	10:45~11:30 ピラティス初級 AYAKO	10:45~11:30 ピラティス初級 akiko	10:45~11:30 ピラティス初級 MICHIYO		
						11:25~12:10 ピラティス初級 hana
			12:00~13:00 パーソナルレッスン		11:30~12:30 パーソナルレッスン	
					13:00~13:45 ピラティス初級 hana	13:00~13:45 ピラティス中級 hana
13:30~14:00 個人練習利用 有料	13:30~14:00 個人練習利用 有料	13:30~14:00 個人練習利用 有料	13:30~14:00 個人練習利用 有料	13:30~14:00 個人練習利用 有料		
14:00~14:30 個人練習利用 有料	14:00~14:30 個人練習利用 有料	14:00~14:30 個人練習利用 有料	14:00~14:30 個人練習利用 有料	14:00~14:30 個人練習利用 有料	14:05~14:50 ピラティス初級 RIN	14:05~14:50 ピラティス初級 hana
14:30~15:00 個人練習利用 有料	14:30~15:00 個人練習利用 有料	14:30~15:00 個人練習利用 有料	14:30~15:00 個人練習利用 有料	14:30~15:00 個人練習利用 有料		
15:00~15:30 個人練習利用 有料	15:00~15:30 個人練習利用 有料	15:00~15:30 個人練習利用 有料	15:00~15:30 個人練習利用 有料	15:00~15:30 個人練習利用 有料	15:10~15:55 ピラティス初級 RIN	
15:30~16:00 個人練習利用 有料	15:30~16:00 個人練習利用 有料	15:30~16:00 個人練習利用 有料	15:30~16:00 個人練習利用 有料	15:30~16:00 個人練習利用 有料		
16:00~16:30 個人練習利用 有料	16:00~16:30 個人練習利用 有料	16:00~16:30 個人練習利用 有料	16:00~16:30 個人練習利用 有料	16:00~16:30 個人練習利用 有料		
16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:00 個人練習利用 有料	16:30~17:30 パーソナルレッスン	16:30~17:30 パーソナルレッスン
17:00~17:30 個人練習利用 有料	17:00~17:30 個人練習利用 有料	17:00~17:30 個人練習利用 有料	17:00~17:30 個人練習利用 有料	17:00~17:30 個人練習利用 有料		
17:30~18:00 個人練習利用 有料	17:30~18:00 個人練習利用 有料	17:30~18:00 個人練習利用 有料	17:30~18:00 個人練習利用 有料	17:30~18:00 個人練習利用 有料		
					18:30~19:00 個人練習利用 有料	18:30~19:00 個人練習利用 有料
19:00~19:45 ピラティス初級 MICHIYO	19:00~19:45 ピラティス中級 yoshiko	19:00~19:45 ピラティス初級 Shimizu	19:00~19:45 ピラティス初級 久保美佐代	19:00~19:45 ピラティス中級 久保美佐代	19:00~19:30 個人練習利用 有料	19:00~19:30 個人練習利用 有料
					19:30~20:00 個人練習利用 有料	19:30~20:00 個人練習利用 有料
					20:00~20:30 個人練習利用 有料	20:00~20:30 個人練習利用 有料
20:30~21:15 ピラティス初級 MICHIYO	20:30~21:15 ピラティス初級 久保美佐代	20:30~21:15 ピラティス初級 Shimizu		20:30~21:15 ピラティス初級 久保美佐代	20:30~21:00 個人練習利用 有料	20:30~21:00 個人練習利用 有料

※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