スタジオレッスンスケジュール

2026/11/01(日)～2026/11/30(月)　新綱島店

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 Arisa	9:30~10:15 ピラティス中級 KEIKO	9:30~10:15 ピラティス初級 AYAKO	9:30~10:15 ピラティス中級 MAYU	9:30~10:15 ピラティス初級 YUKO	9:30~10:15 ピラティス初級 有	9:30~10:15 ピラティス初級 Kanako
11:00~11:45 ピラティス初級 Arisa	11:00~11:45 ピラティス初級 KEIKO	11:00~11:45 ピラティス初級 AYAKO	11:00~11:45 ピラティス初級 MAYU	11:00~11:45 ピラティス初級 YUKO	11:00~11:45 ピラティス初級 有	11:00~11:45 ピラティス中級 AYAM E
12:30~13:15 ピラティス中級 Arisa	12:15~12:45 個人練習利用 有料 12:45~13:15 個人練習利用 有料	12:30~13:15 ピラティス初級 AYAKO	12:15~12:45 個人練習利用 有料 12:45~13:15 個人練習利用 有料	12:30~13:15 ピラティス中級 YUKO	13:00~13:45 ピラティス中級 有	13:00~13:45 ピラティス初級 AYAME
	13:15~13:45 個人練習利用 有料		13:15~13:45 個人練習利用 有料			
13:45~14:15 個人練習利用 有料	13:45~14:15 個人練習利用 有料	13:45~14:15 個人練習利用 有料	13:45~14:15 個人練習利用 有料	13:45~14:15 個人練習利用 有料		
14:15~14:45 個人練習利用 有料	14:15~14:45 個人練習利用 有料	14:15~14:45 個人練習利用 有料	14:15~14:45 個人練習利用 有料	14:15~14:45 個人練習利用 有料	14:30~15:15 ピラティス初級 yucco	14:30~15:15 ピラティス初級 AYAME
14:45~15:15 個人練習利用 有料	14:45~15:15 個人練習利用 有料	14:45~15:15 個人練習利用 有料	14:45~15:15 個人練習利用 有料	14:45~15:15 個人練習利用 有料		
15:15~15:45 個人練習利用 有料	15:15~15:45 個人練習利用 有料	15:15~15:45 個人練習利用 有料	15:15~15:45 個人練習利用 有料	15:15~15:45 個人練習利用 有料		
15:45~16:15 個人練習利用 有料	15:45~16:15 個人練習利用 有料	15:45~16:15 個人練習利用 有料	15:45~16:15 個人練習利用 有料	15:45~16:15 個人練習利用 有料	15:45~16:30 ピラティス初級 yucco	15:45~16:15 個人練習利用 有料
16:15~16:45 個人練習利用 有料	16:15~16:45 個人練習利用 有料	16:15~16:45 個人練習利用 有料	16:15~16:45 個人練習利用 有料	16:15~16:45 個人練習利用 有料		16:15~16:45 個人練習利用 有料
16:45~17:15 個人練習利用 有料	16:45~17:15 個人練習利用 有料	16:45~17:15 個人練習利用 有料	16:45~17:15 個人練習利用 有料	16:45~17:15 個人練習利用 有料	17:00~17:45 ピラティス初級 yucco	16:45~17:15 個人練習利用 有料
17:15~17:45 個人練習利用 有料	17:15~17:45 個人練習利用 有料	17:15~17:45 個人練習利用 有料	17:15~17:45 個人練習利用 有料	17:15~17:45 個人練習利用 有料		17:15~17:45 個人練習利用 有料
						17:45~18:15 個人練習利用 有料
18:15~19:00 ピラティス初級 Jun	18:15~19:00 ピラティス初級 Jun	18:15~19:00 ピラティス初級 meme	18:15~19:00 ピラティス初級 Kanako	18:15~19:00 ピラティス中級 KYOKA	18:15~18:45 個人練習利用 有料	18:15~18:45 個人練習利用 有料
					18:45~19:15 個人練習利用 有料	18:45~19:15 個人練習利用 有料
19:30~20:15 ピラティス初級 Jun	19:30~20:15 ピラティス初級 Jun	19:30~20:15 ピラティス初級 meme	19:30~20:15 ピラティス初級 Kanako	19:30~20:15 ピラティス初級 KYOKA	19:15~19:45 個人練習利用 有料	19:15~19:45 個人練習利用 有料
					19:45~20:15 個人練習利用 有料	19:45~20:15 個人練習利用 有料
20:45~21:30 ピラティス初級 Jun	20:45~21:30 ピラティス初級 Jun	20:45~21:30 ピラティス中級 meme	20:45~21:30 ピラティス初級 Kanako	20:45~21:30 ピラティス初級 KYOKA	20:15~20:45 個人練習利用 有料	20:15~20:45 個人練習利用 有料
					20:45~21:15 個人練習利用 有料	20:45~21:15 個人練習利用 有料
					21:15~21:45 個人練習利用 有料	21:15~21:45 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

社内