

スタジオレッスンスケジュール

2026/11/01(日)～2026/11/30(月)							TSUTAYA Conditioning PILATES AVIX福知山店	
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 のぞみ	9:30～10:15 ピラティス初級 RINA	9:30～10:15 ピラティス初級 masumi		9:30～10:15 ピラティス初級 RINA	9:30～10:15 ピラティス初級 LENA	9:30～10:15 ピラティス初級 週替り		
			10:00～10:45 ピラティス初級 Fumi					
10:45～11:30 ピラティス初級 のぞみ	10:45～11:30 ピラティス初級 masumi	10:45～11:30 ピラティス初級 masumi			10:45～11:30 ピラティス初級 LENA	10:45～11:30 ピラティス初級 週替り		
			11:15～12:00 ピラティス中級 Fumi					
12:00～12:30 個人練習利用 有料	12:00～12:30 個人練習利用 有料	12:00～12:30 個人練習利用 有料						
12:30～13:00 個人練習利用 有料		12:30～13:00 個人練習利用 有料						
13:00～13:30 個人練習利用 有料								
13:30～14:00 個人練習利用 有料	13:15～14:00 ピラティス中級 masumi		13:15～14:00 ピラティス初級 Fumi	13:15～14:00 ピラティス初級 Hana	13:15～14:00 ピラティス中級 LENA	13:15～14:00 ピラティス中級 週替り		
14:00～14:30 個人練習利用 有料		13:45～14:30 ピラティス初級 Hana			クラス変更			
14:30～15:00 個人練習利用 有料			14:30～15:00 個人練習利用 有料		14:30～15:15 ピラティス初級 LENA	14:30～15:15 ピラティス初級 週替り		
15:00～15:30 個人練習利用 有料	15:00～15:45 ピラティス初級 RINA	15:00～15:30 個人練習利用 有料	15:00～15:30 個人練習利用 有料	15:00～15:45 ピラティス中級 RINA				
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		
16:30～17:00 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		16:30～17:00 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	17:00～17:30 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		
18:00～18:45 ピラティス初級 LENA	18:00～18:30 個人練習利用 有料	18:00～18:30 個人練習利用 有料	18:00～18:45 ピラティス初級 masumi	18:00～18:30 個人練習利用 有料		18:00～18:30 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		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 ピラティス中級 Megumi							
19:15～20:00 ピラティス初級 LENA	クラス変更	19:30～20:15 ピラティス初級 Fumi	19:15～20:00 ピラティス中級 masumi	19:30～20:15 ピラティス初級 Hana				
20:30～21:15 ピラティス中級 LENA	20:15～21:00 ピラティス初級 Megumi		20:30～21:15 ピラティス初級 masumi					

※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