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

2026/12/02(水)～2026/12/27(日)

PINOS PILATES produced by TSUTAYA Conditioning

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
10:00~10:45 ピラティス初級 satsuki	10:00~10:45 ピラティス初級 SHIGE	10:00~10:45 ピラティス初級 まどか	10:00~10:45 ピラティス初級 SHIGE	10:00~10:45 ピラティス初級 Tomomi		10:00~10:45 ピラティス初級 OYONE
					10:30~11:15 ピラティス初級 ゆかり	
11:15~12:00 ピラティス初級 satsuki	11:15~12:00 ピラティス初級 SHIGE	11:15~12:00 ピラティス初級 まどか	11:15~12:00 ピラティス初級 SHIGE	11:15~12:00 ピラティス初級 Tomomi		11:15~12:00 ピラティス初級 OYONE
					11:45~12:30 ピラティス中級 ゆかり	
						13:00~13:45 ピラティス初級 OYONE
		13:30~14:15 ピラティス中級 MIHO	13:30~14:15 ピラティス初級 Yuka		13:30~14:15 ピラティス初級 MIHO	
						14:15~15:00 ピラティス中級 OYONE
		14:45~15:30 ピラティス初級 MIHO	14:45~15:30 ピラティス初級 Yuka		14:45~15:30 ピラティス初級 MIHO	
	17:00~17:45 ピラティス初級 karina					
18:00~18:45 ピラティス初級 本多由佳	18:00~18:45 ピラティス初級 karina					
			19:00~19:45 ピラティス初級 まどか	19:00~19:45 ピラティス中級 kyoko		
19:15~20:00 ピラティス初級 本多由佳	19:15~20:00 ピラティス初級 karina					
			20:15~21:00 ピラティス初級 まどか	20:15~21:00 ピラティス初級 kyoko		

定休日：毎月１日･１１日･２１日･月末最終日（月末月初２日連続）、お盆、年末年始

※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