

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

2026/06/01(月)~2026/06/30(火)

上板橋店

月	火	水	木	金	土	日
ピラティス 8:30~9:15 ピラティス初級 ユミ	ピラティス 8:30~9:15 ピラティス初級 ユミ	ピラティス 8:30~9:15 ピラティス初級 yui	ピラティス 8:30~9:15 ピラティス初級 yui	ピラティス 8:30~9:15 ピラティス初級 Reico	ピラティス 8:30~9:15 ピラティス初級 Anna	ピラティス 8:30~9:15 ピラティス中級 Anna
9:45~10:30 ピラティス初級 ユミ	9:45~10:30 ピラティス初級 ユミ	9:45~10:30 ピラティス初級 yui	9:45~10:30 ピラティス初級 yui	9:45~10:30 ピラティス初級 Reico	9:45~10:30 ピラティス中級 Anna	9:45~10:30 ピラティス初級 Anna
11:00~11:45 ピラティス初級 ayako		11:00~11:45 ピラティス初級 yui	11:00~11:45 ピラティス初級 yui	11:00~11:45 ピラティス中級 Reico	11:00~11:45 ピラティス初級 Anna	11:00~11:45 ピラティス初級 Anna
					12:45~13:30 ピラティス初級 Isago	
					14:00~14:45 ピラティス初級 タナカユキ	14:00~14:45 ピラティス初級 Anna
					15:15~16:00 ピラティス初級 タナカユキ	15:15~16:00 ピラティス初級 Anna
19:00~19:45 ピラティス初級 Yuko	19:00~19:45 ピラティス初級 KAORU	19:00~19:45 ピラティス初級 Aco	19:00~19:45 ピラティス初級 Reico	19:00~19:45 ピラティス初級 ACO		
20:15~21:00 ピラティス初級 Yuko	20:15~21:00 ピラティス中級 KAORU	20:15~21:00 ピラティス初級 Aco	20:15~21:00 ピラティス初級 Reico	20:15~21:00 ピラティス初級 ACO		

※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