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)　祐天寺店

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
8:10~8:55 ピラティス初級 Rico	8:10~8:55 ピラティス中級 Rico	8:10~8:55 ピラティス初級 haru		8:10~8:55 ピラティス初級 Rico	8:10~8:55 ピラティス初級 Rico	8:10~8:55 ピラティス初級 Mai
9:30~10:15 ピラティス初級 Rico	9:30~10:15 ピラティス初級 Rico	9:30~10:15 ピラティス初級 haru	9:30~10:15 ピラティス中級 MAI	9:30~10:15 ピラティス初級 Rico	9:30~10:15 ピラティス初級 Rico	9:30~10:15 ピラティス初級 Mai
11:00~11:45 ピラティス初級 Mariko		11:00~11:45 ピラティス初級 haru	11:00~11:45 ピラティス初級 MAI			
			13:00~13:45 ピラティス初級 YOSHIKO		13:00~13:45 ピラティス初級 Kanako	13:00~13:45 ピラティス中級 TOMOKO
					14:30~15:15 ピラティス初級 MANGO	14:30~15:15 ピラティス初級 TOMOKO
	18:00~18:45 ピラティス初級 Kaoru		18:00~18:45 ピラティス初級 すず	18:00~18:45 ピラティス初級 Asami Chida		
19:30~20:15 ピラティス初級 Satoco	19:30~20:15 ピラティス初級 MANGO	19:30~20:15 ピラティス中級 miki	19:30~20:15 ピラティス中級 すず	19:30~20:15 ピラティス初級 Asami Chida		
20:45~21:30 ピラティス初級 Satoco	20:45~21:30 ピラティス初級 MANGO	20:45~21:30 ピラティス初級 miki				

※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