2025.2~ マシンピラティス スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
						10：45～11：30 Chinatsu
	11：30～12：15 Megumi			11：45～12：30 Chinatsu	12：00～12：45 Chinatsu	12：00～12：45 Chinatsu
12：15～13：00 Megumi	12：30～13：15 Megumi	12：15～13：00 mami		12：45～13：30 Chinatsu		
13：45～14：30 MAKIKO	13：30～14：15 Chinatsu	13：15～14：00 Megumi		13：45～14：30 Megumi	13：15～14：00 KUMI	13：15～14：00 mami
	14：30～15：15 MAKIKO	14：30～15：15 Megumi		14：45～15：30 KYOKO	14：15～15：00 KUMI	14：30～15：15 mami
18：30～19：15 KYOKO		19：15～20：00 KUMI		18：45～19：30 mami		16：00～16：45 Chinatsu
20：15～21：00 KYOKO	19：45～20：30 mami				16：45～17：30 KUMI	
	20：45～21：30 KUMI	20：45～21：30 KUMI		20：40～21：25 mami		

休館日

場所：2ndスタジオ

・レッスン開始の10分前を目安に、インストラクターの指示に従ってご入室いただきます。
スタジオ外通路の番号に沿ってお待ちください。
・必ず靴下を履いてご参加ください。(スタジオまでの移動には、室内用シューズが必要です。)
・レッスン開始後は、途中入退室はできません。

PILATES STUDIO