

## 2023年9月 ピラティスレッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
8:00	8:10~8:55 初級 mariko		8:10~8:55 初級 mariko		8:10~8:55 初級 ※週替り 1日/MIKU 8日/HARU 15日/aco 22日/aco 29日/aco		
9:00							
10:00	9:30~10:15 初級 mariko	9:30~10:15 中級 Keiko	9:30~10:15 初級 mariko	9:30~10:15 初級 有	9:30~10:15 初級 YuKi	9:30~10:15 中級 HARU	9:30~10:15 初級 makie
11:00	11:00~11:45 中級 fumie	11:00~11:45 初級 Keiko	11:00~11:45 中級 taka	11:00~11:45 中級 Keiko	11:00~11:45 中級 YuKi	11:00~11:45 初級 HARU	11:00~11:45 中級 makie
12:00							
13:00	13:00~13:45 初級 fumie	個人練習利用 (有料)	13:00~13:45 初級 taka	個人練習利用 (有料)	13:00~13:45 初級 fumie	13:00~13:45 初級 Seina	13:00~13:45 初級 ※週替り 3日/makie 10日/大村佳子 17日/Yuki 24日/aco
14:00							
15:00	個人練習利用 (有料)	個人練習利用 (有料)	個人練習利用 (有料)	個人練習利用 (有料)	個人練習利用 (有料)	15:00~15:45 初級 Seina	15:00~15:45 初級 ※週替り 3日/makie 10日/大村佳子 17日/Yuki 24日/aco
16:00							
17:00						個人練習利用 (有料)	個人練習利用 (有料)
18:00							
19:00			19:15~20:00 初級 aco	19:15~20:00 中級 有	19:00~19:45 初級 taka	19:00~19:45 中級 yukie	
20:00	19:30~20:15 初級 HARU	19:30~20:15 初級 makie					
21:00					20:15~21:00 初級 taka	個人練習利用 (有料)	
22:00							