

火	水	木	金	土	日
4・11・18・25	5・12・19・26	6・13・20・27	7・14・21・28	1・8・15・22・29	2・9・16・30
早乙女 9：15	西村 9：15 12.26クローズ	三須 9：15		三須 9：00	三須 9：15
早乙女・林 10：20 林11.25日クローズ	三須 10：20 12.26クローズ	三須 10：20			
早乙女・林 11：30 林11.25日クローズ	三須 11：30 12.26クローズ	三須 11：30	木村 11：30 14.28クローズ		岡村 11：30
早乙女 12：40	三須 12：40	高橋 12：40	喜多 12：40	喜多 12：40	三須 12：40
早乙女・西村 13：50 西村11.25日クローズ	三須 13：50	林 13：50		喜多 13：50 29クローズ	三須・岡村 13：50
早乙女 14：50	三須・西村 14：50 西村12.19.26日クローズ	高橋 14：50	三須 14：50	三須・林 14：50	三須・岡村 14：50
西村 15：50 西村11.25日クローズ	三須 15：50		三須 15：50	三須・林 15：50	三須・岡村 15：50
西村 16：50 西村11.25日クローズ	三須・大前 16：50 大前26日のみ	三須 16：50	三須 16：50		
三須 17：50	三須・大前 17：50 大前26日のみ	木村・三須 17：50	喜多 17：30	三須 17：50	【お知らせ】 ★これまでメールやLINEにて受付にご連絡いただきありがとうございました事前予約につきまして、入力間違いや予約トラブルの防止のため、また、公平性をより明確にするために、今後は「お客様ご自身で予約システムよりご予約いただく」形式へと変更させていただきます。 ★11月より男性インストラクターの岡村 信志(オカムラ ノブユキ)の担当枠を追加いたしました。ぜひご参加ください。 【養成・ワークショップ情報】 ★23日(日・祝) プレピラティスを深める！& ロリータ・サン・ミゲェルのフォームローラー！WS
	三須 18：50 三須12日クローズ	木村 18：50			
	三須 20：00 12日クローズ	三須 20：00	三須 20：00		
★レッスン内容と担当インストラクター★ ピラティス・ピラティスマシン 木村林三須西村 高橋早乙女大前岡村 骨盤・骨格矯正 シルクサスペンション 喜多					