

9月パーソナルレッスン受付可能枠

★ご来店日時のお間違いが多くなっております。
予約システムと予約確定連絡のご確認をお願いいたします。

PILATES BODY STUDIO

火	水	木	金	土	日
2.9.16.30	3.10.17.24	4.11.18.25	5.12.19.26	6.13.20.27	7.14.21.28
早乙女 9：15	西村 9：15 10.17クローズ	三須 9：15		林 9：00	
早乙女・林 10：20 林9.16.30日クローズ	三須 10：20 10.24クローズ	三須 10：20			
早乙女・林 11：30 林9.16.30日クローズ	三須 11：30 10.24クローズ	三須 11：30	木村 11：30		
早乙女 12：40	三須 12：40	高橋 12：40	喜多 12：40	喜多 12：40 27日クローズ	三須 12：40 7日クローズ
早乙女 13：50	三須 13：50	高橋 13：50		三須 13：50	三須 13：50 7日クローズ
早乙女 14：50	三須・西村 14：50 西村10.17日クローズ	高橋 14：50	三須 14：50	林・三須 14：50 27日クローズ	林・三須 14：50 28日クローズ
西村 15：50 西村9.16.30日クローズ	三須 15：50	三須 15：50 25日クローズ	三須 15：50	林・三須 15：50 林27日クローズ	林・三須 15：50 林28日クローズ
西村 16：50 西村9.16.30日クローズ	三須 16：50	三須 16：50	三須 16：50		
三須 17：50	三須・大前 17：50 大前3日のみ	三須・木村 17：50	喜多 17：30 19日クローズ	【お知らせ】 ★15周年スペシャルサーキットレッスン開催！！ ①9月7日(日)11:30-13:00 シルク×はじめてのタワー （担当：三須＆林） ②9月19日(金)18:50-20:20 ポール×ピラティスアーク×シルク （担当：喜多＆三須＆木村） 料金はどちらもマシングループ1回分！！ お得に特別な90分をぜひお楽しみください♡ 【ws・養成情報】 ・27日-29日 Lolita's Legacy指導者養成コース GroupM System1-1	
	三須・大前 18：50 三須3.10.17日クローズ 大前3日のみ	木村 18：50			
	三須 20：00 10.17日クローズ	三須 20：00	三須 20：00 19日クローズ		
★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					
骨盤・骨格矯正 シルクサスペンション 喜多					