

火	水	木	金	土	日
5.12.19.26	6.13.20.27	7.14.21.28	1.8.15.22.29	2.9.16.23.30	3.10.17.24.31
			喜多 10:20		森野 10:20 10.24.31日のみオープン
			木村 11:00	木内 11:00	
			森野 11:30	木内 12:00	森野 12:50 24.31日のみオープン
		森野 12:50	喜多 12:40	喜多 12:40	森野 13:50 24日のみオープン
		森野 13:50		木内・喜多 16日 クローズ	森野 14:50 24日のみオープン
森野 14:50		森野 14:50	木村 14:50		木村 14:50 31日のみオープン
森野 15:50		森野 15:50	木村 15:50		木村 15:50 31日のみオープン
木村・森野 16:50		森野 16:50		★WS・養成情報★ Lolita'sLegacy™指導者養成コース 7/3~4(日~月) GroupF 7/16~18(土~月) GroupH 7/10(日) ストレッチーズ応用編オンラインWS 7/24~25(日~月) シルクサスペンションレベル3	
木村 17:50		木村 17:50			
森野 19日クローズ		木村 18:50	喜多 17:50		
		森野 20:00			

プライベート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  
シルクサスペンション

骨盤・骨格矯正  
シルクサスペンション

木村

木内

森野

喜多