

2022年11月

成城ピークス 月間ピラティスレッスンスケジュール (前半)

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
	1	2	3	4	5
	① 9:15~10:15 ノリ プライベート	① 9:15~10:15 イクミ グループorプライベート			① 9:15~10:15 マチコ グループorプライベート
	② 10:30~11:30 ノリ グループ	② 10:30~11:30 イクミ グループorプライベート			② 10:30~11:30 マチコ グループorプライベート
	③ 11:45~12:45 ノリ プライベート	③ 11:45~12:45 イクミ グループorプライベート			③ 11:45~12:45 マチコ グループorプライベート
	⑥ 16:30~17:30 ミホ グループorプライベート				
	⑦ 17:45~18:45 ミホ グループorプライベート				
	⑧ 19:00~20:00 ミホ グループorプライベート				
7	8	9	10	11	12
		① 9:15~10:15 イクミ グループorプライベート	① 9:15~10:15 ノリ プライベート		① 9:15~10:15 マチコ グループorプライベート
		② 10:30~11:30 イクミ グループorプライベート	② 10:30~11:30 ノリ グループ		② 10:30~11:30 マチコ グループorプライベート
		③ 11:45~12:45 イクミ グループorプライベート	③ 11:45~12:45 ノリ プライベート		③ 11:45~12:45 マチコ グループorプライベート
	⑥ 16:30~17:30 ミホ グループorプライベート				
	⑦ 17:45~18:45 ミホ グループorプライベート				
	⑧ 19:00~20:00 ミホ グループorプライベート				
14	15	16	17	18	19
			① 9:15~10:15 ノリ プライベート		① 9:15~10:15 マチコ グループorプライベート
			② 10:30~11:30 ノリ グループ		② 10:30~11:30 マチコ グループorプライベート
			③ 11:45~12:45 ノリ プライベート		③ 11:45~12:45 マチコ グループorプライベート
	⑥ 16:30~17:30 ミホ グループorプライベート				
	⑦ 17:45~18:45 ミホ グループorプライベート				
	⑧ 19:00~20:00 ミホ グループorプライベート				