

2023年2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
		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 イクミ 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 イクミ 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 イクミ グループorプライベート
6	7	8	9	10	11
		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		
		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		
		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		
	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				
13	14	15			
		① 9:15~10:15 イクミ 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			
		③ 11:45~12:45 イクミ 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				