

2023年12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
					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
4	5	6	7	8	9
		① 9:15～10:15 イクミ グループorプライベート	① 9:15～10:15 アミコ 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 アミコ 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 アミコ グループorプライベート		
	⑥ 16:30～17:30 アミコ グループorプライベート				
	⑦ 17:45～18:45 アミコ グループorプライベート				
	⑧ 19:00～20:00 アミコ グループorプライベート				
11	12	13	14	15	
		① 9:15～10:15 イクミ グループorプライベート	① 9:15～10:15 アミコ 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 アミコ 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 アミコ グループorプライベート		
	⑥ 16:30～17:30 アミコ グループorプライベート				
	⑦ 17:45～18:45 アミコ グループorプライベート				
	⑧ 19:00～20:00 アミコ グループorプライベート				