

2025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
3	4	5	6	7	8
		① 9:15~10:15 イクミ プライベート			① 9:15~10:15 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			② 10:30~11:30 チコ グループorプライベート
		③ 11:45~12:45 イクミ プライベート			③ 11:45~12:45 チコ グループorプライベート
	⑤ 15:15~16:15 リサ グループorプライベート				
	⑥ 16:30~17:30 リサ グループorプライベート			⑥ 16:30~17:30 チコ グループorプライベート	
	⑦ 17:45~18:45 リサ グループorプライベート			⑦ 17:45~18:45 チコ グループorプライベート	
				⑧ 19:00~20:00 チコ グループorプライベート	
10	11	12	13	14	15
					① 9:15~10:15 チコ グループorプライベート
					② 10:30~11:30 チコ グループorプライベート
					③ 11:45~12:45 チコ グループorプライベート
⑤ 15:15~16:15 ミサト グループorプライベート	⑤ 15:15~16:15 リサ グループorプライベート				
⑥ 16:30~17:30 ミサト グループorプライベート	⑥ 16:30~17:30 リサ グループorプライベート			⑥ 16:30~17:30 チコ グループorプライベート	
	⑦ 17:45~18:45 リサ グループorプライベート			⑦ 17:45~18:45 チコ グループorプライベート	
				⑧ 19:00~20:00 チコ グループorプライベート	