

2026年5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 ナオ プライベート
					② 10:30~11:30 ナオ プライベート
					③ 11:45~12:45 ナオ プライベート
4	5	6	7	8	9
		① 9:15~10:15 イクミ プライベート			① 9:15~10:15 ナオ プライベート
		② 10:30~11:30 イクミ グループ			② 10:30~11:30 ナオ 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 ナオ 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				
	⑦ 17:45~18:45 リサ グループorプライベート				
11	12	13	14	15	
		① 9:15~10:15 イクミ プライベート	① 9:15~10:15 アキ 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 アキ 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 アキ 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				
	⑦ 17:45~18:45 リサ グループorプライベート				