

2026年10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
			① 9:15～10:15 アキ グループorプライベート		① 9:15～10:15 ナオ グループorプライベート
			② 10:30～11:30 アキ グループorプライベート		② 10:30～11:30 ナオ グループorプライベート
			③ 11:45～12:45 アキ グループorプライベート		③ 11:45～12:45 ナオ グループorプライベート
5	6	7	8	9	10
		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		① 9:15～10:15 ナオ 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		② 10:30～11:30 ナオ 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		③ 11:45～12:45 ナオ 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				
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				