【2016年11月】レッスン・タイムテーブル

時間	月	火	水	木	金	土
10:00	10:00～10:50 ★★ピラティスバリエーション 岩田 安季子	10:00～10:50 ★ナチュラルヨガ Yuki	10:00～10:50 ★★ピラティスバリエーション Kenichi	10:00～10:50 ★初級ピラティス Kenichi	10:00～10:50 ★★ベーシックピラティス 鈴木 理恵子	10:00～10:50 ★★ベーシックピラティス 鈴木 理恵子
11:00	11:10～12:00 ★初級ピラティス 鈴木 理恵子	11:10～12:00 ★★ベーシックピラティス Ichie	11:10～12:00 ★★★コアピラティス Kenichi	11:10～12:00 ★★リフレッシュピラティス Kenichi	11:10～12:00 ★初級ピラティス 鈴木 理恵子	11:10～12:00 ★初級ピラティス 鈴木 理恵子
12:00						
13:00	13:00～13:50 ★★ベーシックピラティス 鈴木 理恵子	13:00～14:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子		13:00～14:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子	【注】13:00～14:00 レッドコードピラティス 鈴木 理恵子	13:00～13:50 ★★骨盤調整ヨガ Mai
14:00	14:00～15:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子	14:00～14:50 ★★リフレッシュピラティス 鈴木 理恵子	14:00～14:50 ★初級ピラティス Nisa	14:00～14:50 ★★★コアピラティス 鈴木 理恵子	14:00～15:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子	14:10～15:00 ★★★コアピラティス 鈴木 理恵子
15:00	15:00～16:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子	15:00～16:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子		15:00～16:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子	15:00～16:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子	15:20～16:20 プライベートレッスン 鈴木 理恵子
16:00	16:00～17:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子	16:00～17:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子		【注】16:00～17:00 レッドコードピラティス 鈴木 理恵子	16:00～17:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子	
17:00	【注】17:00～18:00 レッドコードピラティス 鈴木 理恵子	17:00～18:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子		17:00～18:00 プライベートレッスン 鈴木 理恵子	17:00～17:50 ★★ピラティスバリエーション 鈴木 理恵子	
18:00						
19:00	18:30～19:20 ★★ピラティスバリエーション 鈴木 理恵子	18:30～19:20 ★初級ピラティス 鈴木 理恵子	18:30～19:20 ★★ベーシックピラティス Hanae	18:30～19:20 ★★ベーシックピラティス 鈴木 理恵子	18:30～19:20 ★★リフレッシュピラティス Nisa	
20:00	19:40～20:30 ★初級ピラティス 鈴木 理恵子	19:40～20:30 ★★★コアピラティス 鈴木 理恵子	19:40～20:30 ★★リフレッシュピラティス Hanae	19:40～20:30 ★リラックスヨガ Mai	19:40～20:30 ★★ベーシックピラティス Nisa	
21:00						

【注】
レッドコードピラティス
〔定員〕
各回3名様
〔料金〕
会　員：3,000円(税込)
非会員：4,000円(税込)

【予約システム】

◆月～金曜（祝日を含む）の営業時間は10:00～21:00、土曜日は10:00～17:00です。日曜日及び年末年始はお休みとさせて頂きます。
◆当スタジオは完全予約制です。レッスンの7日前から予約が可能になります。下記のいずれかの方法またはスタジオ受付にて事前予約をお願いします。
【予約システム】http://cmsrv.net/resv/pilates-corex/ 【電話】047-409-4970 【FAX】047-409-4971 【メール】recept@pilates-corex.jp

corex
PILATES STUDIO