


【2017年10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 ★★ピラティスパリエーション 岩田 安季子	10:00~10:50 ★ナチュラルヨガ Tomoko	10:00~10:50 ★★リフレッシュピラティス 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 ★★リフレッシュピラティス 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 ★★ピラティスパリエーション 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						(※2) 7日14日 Mai → Kimi 21日28日 Mai → HIRO
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		13:00~13:50 ★★★骨盤調整ヨガ Mai (※2)
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 Ichie	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		14:10~15:00 ★★★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			【注】 15:00~16:00 レッドコードピラティス 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		
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		【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)
18:00						
19:00	18:30~19:20 ★★ピラティスパリエーション 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	【予約システム】 
20:00	19:40~20:30 ★初級ピラティス 鈴木 理恵子	19:40~20:30 ★★ベーシックピラティス 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 (※1)	19:40~20:30 ★★★コアピラティス Nisa	
21:00				(※1) 5日12日19日26日 Mai → Nanako		

◆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いただきます。

◆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】 receipt@pilates-corex.jp