


【2018年3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 ★★リフレッシュピラティス 鈴木 理恵子	10:00~10:50 ★★ベーシックピラティス 鈴木 理恵子 (※7)
11:00	11:10~12:00 ★★ベーシックピラティス 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 (※7)
12:00						(※7) 17日 鈴木 → Taeko
13:00	13:00~13:50 ★初級ピラティス 鈴木 理恵子			(※3) 8日休講 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
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 (※8)
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 (※3)		(※8) 17日 鈴木 → Nisa
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		15:20~16:20 プライベートレッスン 鈴木 理恵子 (※9)
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		(※9) 17日 休講
18:00				(※4) 15日、29日 鈴木 → moe		【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)
19:00	18:30~19:20 ★★ピラティスパリエーション 鈴木 理恵子 (※1)	18:30~19:20 ★初級ピラティス 鈴木 理恵子 (※2)	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 (※4)	18:30~19:20 ★★リフレッシュピラティス Nisa (※6)	【予約システム】
20:00	19:40~20:30 ★初級ピラティス 鈴木 理恵子 (※1)	19:40~20:30 ★★ベーシックピラティス 鈴木 理恵子 (※2)	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 (※5)	19:40~20:30 ★★★コアピラティス Nisa (※6)	
21:00	(※1) 19日 鈴木 → Nisa	(※2) 6日 鈴木 → Nisa		(※5) 8日、15日 Mai → さえこ	(※5) 2日 Nisa → Ichie	

◆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