

【2018年5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 Akiko	10:00~10:50 ★ナチュラルヨガ Tomoko (※6) (※7)	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 Rieko	10:00~10:50 ★★ベーシックピラティス Rieko
11:00	11:10~12:00 ★★ベーシックピラティス Rieko (※1)	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 Rieko	11:10~12:00 ★初級ピラティス Rieko
12:00	(※1) 28日 Rieko → midori (※2) 28日 Rieko → Taeko	(※6) 1日、8日、15日 Tomoko → さえこ (※7) 22日、29日 Tomoko → midori				
13:00	13:00~13:50 ★初級ピラティス Rieko (※2)			13:00~14:00 プライベートレッスン Rieko	13:00~14:00 プライベートレッスン Rieko	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 Rieko (※3)	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 Rieko	14:00~15:00 プライベートレッスン Rieko	14:10~15:00 ★★★コアピラティス Rieko
15:00	15:00~16:00 プライベートレッスン Rieko (※3)			【注】 15:00~16:00 レッドコードピラティス Rieko	15:00~16:00 プライベートレッスン Rieko	15:20~16:20 プライベートレッスン Rieko
16:00	16:00~17:00 プライベートレッスン Rieko (※3)			16:00~17:00 プライベートレッスン Rieko	16:00~17:00 プライベートレッスン Rieko	
17:00	【注】 17:00~18:00 レッドコードピラティス Rieko (※3)			17:00~18:00 プライベートレッスン Rieko		【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	(※3) 28日 休講					
19:00	18:30~19:20 ★★ピラティスパリエーション Rieko (※4) (※5) (※4) 28日 Rieko → midori	18:30~19:20 ★初級ピラティス Rieko	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 Rieko	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 Rieko (※5) (※5) 14日 Rieko → Akiko	19:40~20:30 ★★ベーシックピラティス Rieko	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 ★★★コアピラティス Nisa	
21:00						



【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