

【2018年7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 ★★ベーシックピラティス Taeko	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 (※7)	10:00~10:50 ★★ベーシックピラティス Rieko (※9)
11:00	11:10~12:00 ★★ベーシックピラティス Rieko	11:10~12:00 ★ナチュラルヨガ cocomi	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 (※7)	11:10~12:00 ★初級ピラティス Rieko (※9)
12:00					(※7) 6日 Rieko ⇒ Midori	(※9) 7日 Rieko ⇒ Shoko
13:00	13:00~13:50 ★初級ピラティス Rieko	13:00~13:50 ★★リフレッシュピラティス Taeko		(※3) 5日 休講 (※4) 5日 Rieko ⇒ Taeko		
14:00	14:00~15:00 プライベートレッスン Rieko		14:00~14:50 ★初級ピラティス Nisa	14:00~14:50 ★★★コアピラティス Rieko (※4)	14:00~15:00 プライベートレッスン Rieko (※8)	13:00~13:50 ★★骨盤調整ヨガ Mai
15:00	15:00~16:00 プライベートレッスン Rieko				15:00~16:00 プライベートレッスン Rieko (※8)	14:10~15:00 ★★★コアピラティス Rieko (※10)
16:00	16:00~17:00 プライベートレッスン Rieko			【注】 15:00~16:00 レッドコードピラティス Rieko (※3) (※5)	15:00~16:00 プライベートレッスン Rieko (※8)	(※10) 7日 Rieko ⇒ Nisa
17:00	【注】 17:00~18:00 レッドコードピラティス Rieko			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 (※8)	(※11) 7日 休講
18:00				17:00~18:00 プライベートレッスン Rieko (※3)	(※8) 6日 休講	【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 Rieko	18:30~19:20 ★初級ピラティス Rieko (※1)	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 (※6)	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	(※1) 3日 Rieko ⇒ Midori	19:40~20:30 ★★リフレッシュピラティス Hanae	(※6) 5日 Rieko ⇒ moe	19:40~20:30 ★★★コアピラティス Nisa	
21:00		(※2) 3日 骨盤調整ヨガ さえこ				



【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