

【2021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 Shoko	10:00~10:50 ★★ベーシックピラティス Taeko	10:00~10:50 ★★ピラティスパリエーション Keiko	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 ★★ピラティスパリエーション リスチャ (※4)
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 ★ビューティーヨガ Keiko	11:10~12:00 ★★★コアピラティス 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 (※5)
12:00		(注2) 定員4名少人数クラス			(※2) 16日 休講	(※4) 31日 リスチャオリジナルレッスン ★★ ヨガティス
13:00	13:00~13:50 ★★リフレッシュピラティス Rieko	【注2】 13:00~13:50 ★★リフレッシュピラティス Taeko		12:50~13:50 プライベートレッスン Rieko (※7)	12:50~13:50 プライベートレッスン Rieko	13:00~13:50 ★★★フローヨガ Terumi
14:00	14:00~15:00 プライベートレッスン Rieko		【注2】 14:10~15:00 ★★初級ピラティス Shoko	14:00~14:50 ★★ピラティスパリエーション 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 (※5)
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	(注2) 定員4名の 少人数クラス	【注1】 15:00~16:00 レッドコードピラティス Rieko	15:10~16:10 プライベートレッスン Rieko (※2) (※3)	15:15~16:15 プライベートレッスン Rieko (※6)
16:00	16:10~17:10 プライベートレッスン Rieko	16:10~17:10 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	【注1】 16:20~17:20 レッドコードピラティス Rieko	16:25~17:25 プライベートレッスン Rieko (※6)
17:00	【注1】 17:10~18:10 レッドコードピラティス Rieko			17:10~18:10 プライベートレッスン Rieko	(※3) 23日 15:20~16:10 ★★ 「POP PILATES」 Maiko	(※5) 3日 Rieko ⇒ リスチャ (※6) 3日 休講
18:00		17:30~18:20 ★初級ピラティス Rieko	(※1) 21日 しんみょう ⇒ よしこ			18:00~19:00【会員限定】 プライベートレッスン Rieko (※6)
19:00	18:30~19:20 ★★ベーシックピラティス Rieko	18:30~19:30 プライベートレッスン Rieko	18:30~19:20 ★★ベーシックピラティス しんみょう (※1)	18:30~19:20 ★★リフレッシュピラティス Rieko	18:30~19:20 ★★★コアピラティス しんみょう	【注1】 レッドコードピラティス 定員 3名
20:00	19:40~20:30 ★初級ピラティス Rieko	19:50~20:40 ★★ピラティスパリエーション Rieko	19:40~20:30 ★★骨盤調整ヨガ さえこ	19:40~20:30 ★アロマヨガ Terumi	19:40~20:30 ★★リフレッシュピラティス しんみょう	【会員限定】 プライベートレッスン 4日(日) ①11:30~12:30 ②12:45~13:45 ③14:00~15:00
21:00						

◆営業時間：月～金（祝日含む）10:00～21:00、土曜日10:00～17:00。休業日：日曜日・年末年始

◆完全予約制。レッスンの7日前から予約が可能。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。

【電話】047-409-4970 【FAX】047-409-4971 【メール】recept@pilates-corex.jp 【予約システム】→→→



corex
PILATES STUDIO