

【2021年9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
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
12:00						
13:00	(※2) 20日 休講			(※3) 16日 休講 (※4) 16日 Rieko ⇒ よしこ		
13:00	★★★ 13:00~13:50 リフレッシュピラティス Rieko	★~★★ 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 (※3)	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 (※1)	(※1) 20日 14:10~15:00 ★★~★★★ 「POP PILATES」 Maiko	【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 (※4)	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 (※2)	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 (※3)	15:10~16:10 プライベートレッスン Rieko	15:15~16:15 プライベートレッスン Rieko
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 (※3)	【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
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)		
18:00	NEW 18:30~19:20 ★リラックスヨガ さえこ	17:30~18:20 ★初級ピラティス Rieko				18:00~19:00 【会員限定】 プライベートレッスン Rieko
19:00		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	★~★★ 18:30~19:20 リフレッシュピラティス Rieko (※4)	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	19:40~20:30 ★★ピラティスパリエーション Rieko	NEW 19:40~20:30 ★★ピラティスパリエーション よしこ	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	
21:00		開始時間変更				

◆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