

TIME	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日・祝日	TIME
9:30								9:30
9:40								9:40
9:50	初級レッスン ピラティスリング 9:30~10:20	初級レッスン リフォーマー 9:30~10:20	初級レッスン スパインコレクター 9:30~10:20	中級レッスン リフォーマー 9:30~10:20	初級レッスン リフォーマー 9:30~10:20	初級レッスン ピラティスリング 9:30~10:20	初級レッスン スタート 9:30~10:20	9:50
10:00								10:00
10:10								10:10
10:20								10:20
10:30								10:30
10:40	初級レッスン スタート 10:40~11:30	中級レッスン リフォーマー 10:40~11:30	スタートレッスン 10:40~10:50 前説 10:50~11:40 レッスン 11:40~12:00 クロージング	初級レッスン ピラティスリング 10:40~11:30	中級レッスン タワー 10:40~11:30	初級レッスン リフォーマー 10:40~11:30	初級レッスン スパインコレクター 10:40~11:30	10:40
10:50								10:50
11:00								11:00
11:10								11:10
11:20								11:20
11:30	11:30							
11:40								11:40
11:50	中級レッスン タワー 11:50~12:40	スタートレッスン 11:50~12:00 前説 12:00~12:50 レッスン 12:50~13:10 クロージング	初級レッスン ピラティスリング 12:20~13:10	スタートレッスン 11:50~12:00 前説 12:00~12:50 レッスン 12:50~13:10 クロージング	初級レッスン スパインコレクター 11:50~12:40	スタートレッスン 11:50~12:00 前説 12:00~12:50 レッスン 12:50~13:10 クロージング	中級レッスン タワー 11:50~12:40	11:50
12:00								12:00
12:10								12:10
12:20								12:20
12:30								12:30
12:40	12:40							
12:50								12:50
13:00	初級レッスン リフォーマー 13:00~13:50	初級レッスン ピラティスリング 13:30~14:20	初級レッスン リフォーマー 13:30~14:20	中級レッスン リフォーマー 13:30~14:20	中級レッスン タワー 13:00~13:50	初級レッスン スパインコレクター 13:30~14:20	スタートレッスン 13:00~13:10前説 13:10~14:00レッスン 14:00~14:20クロージング	13:00
13:10								13:10
13:20								13:20
13:30								13:30
13:40								13:40
13:50	13:50							
14:00								14:00
14:10	初級レッスン スパインコレクター 14:10~15:00	中級レッスン タワー 14:40~15:30	初級レッスン スタート 14:40~15:30	初級レッスン スパインコレクター 14:40~15:30	スタートレッスン 14:10~14:20前説 14:20~15:10レッスン 15:10~15:30クロージング	中級レッスン リフォーマー 14:40~15:30	初級レッスン ピラティスリング 14:40~15:30	14:10
14:20								14:20
14:30								14:30
14:40								14:40
14:50								14:50
15:00	15:00							
15:10								15:10
15:20	中級レッスン リフォーマー 15:20~16:10	初級レッスン スパインコレクター 15:50~16:40	初級レッスン ピラティスリング 15:50~16:40	中級レッスン タワー 15:50~16:40	初級レッスン リフォーマー 15:50~16:40	初級レッスン ピラティスリング 15:50~16:40	初級レッスン スパインコレクター 15:50~16:40	15:20
15:30								15:30
15:40								15:40
15:50								15:50
16:00								16:00
16:10								16:10
16:20	初級レッスン リフォーマー 16:30~17:20	初級レッスン スパインコレクター 17:30~18:20	中級レッスン タワー 17:30~18:20	初級レッスン リフォーマー 17:30~18:20	初級レッスン ピラティスリング 17:30~18:20	初級レッスン スパインコレクター 17:00~17:50	初級レッスン リフォーマー 17:00~17:50	16:20
16:30								16:30
16:40								16:40
16:50								16:50
17:00								17:00
17:10								17:10
17:20	初級レッスン ピラティスリング 17:40~18:30	中級レッスン リフォーマー 18:40~19:30	初級レッスン リフォーマー 18:40~19:30	初級レッスン スタート 18:40~19:30	スタートレッスン 18:40~18:50 前説 18:50~19:40レッスン 19:40~20:00クロージング	初級レッスン リフォーマー 18:10~19:00		17:20
17:30								17:30
17:40								17:40
17:50								17:50
18:00								18:00
18:10								18:10
18:20	中級レッスン タワー 18:50~19:40	初級レッスン リフォーマー 19:50~20:40	中級レッスン リフォーマー 19:50~20:40	初級レッスン ピラティスリング 19:50~20:40				18:20
18:30								18:30
18:40								18:40
18:50								18:50
19:00								19:00
19:10								19:10
19:20	初級レッスン スパインコレクター 20:00~20:50	初級レッスン リフォーマー 19:50~20:40	中級レッスン リフォーマー 19:50~20:40	初級レッスン ピラティスリング 19:50~20:40				19:20
19:30								19:30
19:40								19:40
19:50								19:50
20:00								20:00
20:10								20:10
20:20	中級レッスン リフォーマー 20:20~21:10							20:20
20:30								20:30
20:40								20:40
20:50								20:50
21:00								21:00
21:10	21:10							