

# LATECO 5月スケジュール

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