

【12月】マシンピラティスレッスンスケジュール

	月	火	水	木	土	日
9:30				9:30~10:20 BASIC SAYAKA		9:30~10:20 BASIC CAORI
10:00			10:00~10:50 BASIC CAORI			
10:30				10:40~11:30 BASIC SAYAKA		10:40~11:30 BASIC CAORI
11:00			11:10~12:00 BASIC CAORI			
11:30					11:30~12:20 BASIC 長谷川由里恵	
12:00						
12:30					12:40~13:30 BASIC 長谷川由里恵	
13:00				13:00~13:50 BASIC 長谷川由里恵		
13:30	13:20~14:10 BASIC 佐々木啓					
14:00						
14:30	14:30~15:20 BASIC 佐々木啓			14:10~15:00 BASIC 長谷川由里恵		
15:00						
15:30						
19:00	19:00~19:50 BASIC Aya					
19:30						
20:00	20:10~21:00 BASIC Aya					
20:30						
21:00						