

studio03 藤崎レッスンスケジュール表【11月】

月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日 日曜日

1	2	3	4	5
10:00～11:00 MEGUMI マット ヨガピラティス	10:00～11:00 CHIGUSA 朝ヨガ	10:00～11:00 MEGUMI アロマリラックスヨガ	9:30～10:30 YU-KI マットピラティス	10:00～11:00 大ちゃん 女性の為の身体・心が整うヨガ
		13:00～14:00 YU-KI パレルピラティス		
	18:30～19:10 YU-KI パレルピラティス (40分)		13:30～14:30 MOMOKA リンパデトックスヨガ	14:00～15:00 AYU マットピラティス

6	7	8	9	10	11	12
10:00～11:00 MAYUMI マットピラティス	10:00～11:00 CHIGUSA 柔軟性を深めるレッスン	10:00～11:00 MEGUMI マットヨガピラティス	10:00～11:00 CHIGUSA 朝ヨガ	10:00～11:00 MEGUMI アロマリラックスヨガ	9:30～10:30 YU-KI マットピラティス	10:00～11:00 大ちゃん 女性の為の身体・心が整うヨガ
				13:00～13:40 YU-KI パレルピラティス (40分)		
19:00～20:00 CHIGUSA リラックスヨガ	19:30～20:30 SEIKO マットピラティス		18:30～19:10 YU-KI パレルピラティス (40分)	18:30～19:30 大ちゃん 休息と癒しのヨガ	13:30～14:30 MOMOKA リンパデトックスヨガ	14:00～15:00 AYU マットピラティス

13	14	15	16	17	18	19
10:00～11:00 MAYUMI マットピラティス	10:00～11:00 CHIGUSA 柔軟性を深めるレッスン	10:00～11:00 MEGUMI マットヨガピラティス	10:00～11:00 CHIGUSA 朝ヨガ	10:00～11:00 MEGUMI アロマリラックスヨガ	9:30～10:30 YU-KI マットピラティス	10:00～11:00 大ちゃん 女性の為の身体・心が整うヨガ
				13:00～13:40 YU-KI パレルピラティス (40分)		
19:00～20:00 CHIGUSA リラックスヨガ	19:30～20:30 SEIKO マットピラティス		18:30～19:10 YU-KI パレルピラティス (40分)	18:30～19:30 大ちゃん 休息と癒しのヨガ	13:30～14:30 MOMOKA リンパデトックスヨガ	14:00～15:00 AYU マットピラティス

20	21	22	23	24	25	26
10:00～11:00 MAYUMI マットピラティス	10:00～11:00 CHIGUSA 柔軟性を深めるレッスン	10:00～11:00 MEGUMI マットヨガピラティス	10:00～11:00 CHIGUSA 朝ヨガ	10:00～11:00 MEGUMI アロマリラックスヨガ	9:30～10:30 YU-KI マットピラティス	10:00～11:00 大ちゃん 女性の為の身体・心が整うヨガ
			13:00～14:00 YU-KI パレルピラティス	13:00～13:40 YU-KI パレルピラティス (40分)		
19:00～20:00 CHIGUSA リラックスヨガ	19:30～20:30 SEIKO マットピラティス			18:30～19:30 大ちゃん 休息と癒しのヨガ	13:30～14:30 MOMOKA リンパデトックスヨガ	14:00～15:00 AYU マットピラティス

27	28	29	30
10:00～11:00 MAYUMI マットピラティス	10:00～11:00 CHIGUSA 柔軟性を深めるレッスン	10:00～11:00 MEGUMI マットヨガピラティス	10:00～11:00 CHIGUSA 朝ヨガ
19:00～20:00 CHIGUSA リラックスヨガ	19:30～20:30 SEIKO マットピラティス		18:30～19:10 YU-KI パレルピラティス (40分)

【レッスンは完全WEB予約制です】

- ◆キャンセルの場合はWEBにて1時間前をお願いします
- ◆月末AM8時 予約開始です
- ◆事情により担当者の代行や休講など変更することがあります
- ◆スタジオへの携帯電話の持ち込みは禁止です
- ◆お時間をすぎても、入室は、他の方のご迷惑となります

