



年末年始

ONLINE LESSON SCHEDULE



アクティブ系・足音が出る可能性があります



ビデオオフでのご利用をおすすめいたします

※ 祝日レッスンは後日お知らせいたします

2024.12

28土	30月	31火
8:00- リラクゼーション ピラティス ハルキ(20)	8:40-	8:15- ハードピラティス 清水(30)
11:00-	9:00- 即効全身 ピラティス 清水(15)	9:00-
	10:00- 	9:30-
	20:15-	20:15-
	21:30-	21:30-

HAPPY NEW YEAR

2025.01

1水	2木	3金	4土
6:00- 	6:00-	6:00- モーニング ピラティス ハルキ(20)	8:00- リラクゼーション ピラティス ハルキ(20)
9:00-	9:00- バレルピラティス 清水(30)	8:40-	11:00- フロー ピラティス 木村(30)
10:00- 元旦即効 ピラティス 清水(20)	10:00-	9:00-	
20:15-	未定- ピラティス 大森 ※時間未定	19:15- 	
	22:00-	23:00-	