



GW特別プログラム

～ レッスンスケジュール ～



4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日
日	月	火	水	木	金	土	日	月
通常営業	休館日	特別営業	特別営業	特別営業	休館日	休館日	休館日	休館日
10:00~11:00 ピラティス イントロダクトリー (入門) MIYO		10:00~11:00 ピラティス イントロダクトリー (入門) SAORI	10:00~11:00 ピラティスビギナー (初級) NAOKO	10:00~11:00 ストレッチポール コアコンディショニング 田原				
11:15~12:15 美姿勢ピラティス MIYO		11:30~12:30 バレトン AKARI	11:30~12:30 ストレッチ&ピラティス (入門) SAORI	11:30~12:15 サーキット トレーニング 面家				
		13:00~14:00 美姿勢ピラティス MIYO	13:00~14:00 ピラティスビギナー (初級) SAORI	13:00~14:00 ピラティス イントロダクトリー (入門) MIYO				

～ プライベートセッション ～

10:00~11:00 AIKO		10:00~11:00 田原	10:00~11:00 HISAKO	18:00~19:00 田原				
11:15~12:15 AIKO		11:15~12:15 田原	11:15~12:15 HISAKO	19:15~20:15 田原				
12:30~13:30 AIKO		12:30~13:30 田原	12:30~13:30 HISAKO					

4/28(日)以外はホームページの【お問合せ】、または電話にてご予約下さい。 充実した休日をお過ごし下さい！