

火	水	木	金	土	日	
1.8.15.22 29日 休館日	2.9.16.23.30	3.10.17.24	4.11.18.25	5.12.19.26	6.13.20.27	
	西村 9:15 9.23.30日クローズ		三須 9:15		三須 9:15	
森野 10:20	森野 10:20	森野 10:20	木村 10:20			
森野 11:30	森野 11:30 9日クローズ	森野 11:30	木村 11:30 11.25日クローズ			
森野・西村 12:40 西村:8.22日クローズ	森野 12:40 9日クローズ	森野・高橋 12:40	喜多 12:40	喜多 12:40	三須 12:40	
西村 13:50 西村:8.22日クローズ	三須 13:50	高橋 13:50		三須 13:50	三須 13:50	
三須・西村 14:50 西村:8.22日クローズ	三須・西村 14:50 西村:9.23.30日クローズ	林・高橋 14:50	三須 14:50	林・三須 14:50 林:12日クローズ	三須 14:50	
三須・西村 15:50 西村:8.22日クローズ	三須・西村 15:50 西村:9.23.30日クローズ	三須 15:50	三須 15:50	木村・林・三須 15:50 林:12日クローズ	木村・三須 15:50	
三須・西村 16:50 西村:8.22日クローズ	三須・西村 16:50 9.23.30日クローズ		木村・三須 16:50			
三須・西村 17:50 8.22日クローズ	三須・西村 17:50 西村:9.23.30日クローズ	木村・三須 17:50	喜多 17:30	木村・三須 17:50		
	三須・林 18:50 三須:9.23.30日 林:2.16クローズ	木村 18:50	木村 18:50		<p>【お知らせ】</p> <p>木曜日に高橋インストラクターのレッスンがスタートします！</p> <p>【WS・養成情報】</p>	
	三須 20:00 16日のみオープン		三須 20:00			
<p>★レッスン内容と担当インストラクター★</p> <p>ピラティス・ピラティスマシン シルクサスペンション</p> <p>骨盤・骨格矯正 シルクサスペンション</p>						
木村	森野	林	三須	西村	高橋	喜多