

10月パーソナルレッスン受付可能枠

PILATES BODY STUDIO

火	水	木	金	土	日
1.8.15.22.29	2.9.16.23.30	3.10.17.24.31	4.11.18.25	5.12.19.26	6.13.20.27
森野 10:20 22日クローズ	森野 10:20	森野 10:20	木村 10:20		三須 9:15
森野 11:30 22日クローズ	森野 11:30	森野 11:30	木村 11:30 11.25日クローズ		
森野 12:40	森野 12:40	森野・白幡 12:40 白幡:3日のみ	喜多 12:40	喜多 12:40 19日クローズ	三須 12:40
森野 13:50	森野 13:50	森野・白幡 13:50 白幡:3日のみ		三須 13:50	三須 13:50
三須 14:50	三須 14:50 2日クローズ	林・白幡 14:50 白幡:3日のみ	三須 14:50	林・三須 14:50 19日クローズ	木村・三須 14:50 20日クローズ
三須 15:50	三須 15:50 2日クローズ	白幡 15:50 3日のみ	三須 15:50	林・三須 15:50	木村・三須 15:50
三須 16:50	三須 16:50 2日クローズ		木村・三須 16:50	三須 26日クローズ	
木村 17:50	森野 2日 クローズ	木村 17:50	喜多 17:30	木村・三須 17:50	
三須 18:50		木村 18:50	木村 18:50	【WS・養成情報】 ★Lolita'sLegacyTM指導者養成コース ・10/19(土)~10/21(月) GroupK System2-1	
森野 1日 クローズ	三須 20:00 2日のみ		三須 20:00		
★レッスン内容と担当インストラクター★ ピラティス・ピラティスマシン シルクサスペンション		骨盤・骨格矯正 シルクサスペンション			
木村	森野	林	三須	白幡	喜多

**木曜日13:50は週替わりで
 東京の先生のプライベートも開催します！**
10日:渡辺 17日:大前 24日:奥村