

## Group Lesson Schedule Pilatesstudio Tou

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
10:00	Style up Pilates Asako	Invigorate Pilates Fukuko	ほぐし Pilates Shoko	バランス アップ Pilates Kazu		ビューティ シルエット Pilates Hiyori	Morning yoga& Pilates Miya
11:30	Body balance Pilates Natsumi	2.4週目 美らPilates Suzu	pilates × Balletone 愛海	ほぐして 追い込む Pilates Mari	体幹アップ コア Pilates Moco	Style up Pilates Yukko	Move Pilates Yumi
15:00	リフォーマーグループ (中級) Yukko	Shape Pilates Eri	くびれ Pilates Inn	整える Pilates Ai	POP Pilates Okurina	Flow Pilates Miki	ゆるめる Pilates Ai
16:30	Basic Pilates Miki		POP Pilates Okurina	Total Body Reformer Pilates Eri	Reformer Pilates Yukko	楽しく身体引き締め Pilates Anzu	整える Pilates Ai
18:30	美脚ピラティス Eri	Flow yoga & pilates Marino	Style up pilates Toshi	Body make Pilates Miki	Hip Make Pilates Yui	Style up pilates Toshi	
20:00	Reformer Pilates Tatsuya		Night yoga&pilates Pilates Miya	Total Body Reformer Pilates Eri		POP Pilates Okurina	

※全て1レッスン60分となります。

※レッスン予約をされる場合は事前にチケット購入をおねがいします。

※キャンセルポリシー プライベートレッスンについても、予約日時より24時間以内のキャンセルは、体調や交通事情等 いかなる理由につきましてもキャンセル料を100%頂戴いたします。

グループレッスンについて、今のところペナルティはございませんが、他のお客様にご迷惑がかかりますので、なるべくお早めにキャンセル連絡をお願いします。

※グループ週1コース

5週目があるときは5回グループレッスンが受けれる形になります。