

2022年12月 Group Lesson Schedule studio tou NAKAMEGURO

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
28	29	30	1	2	3	4
			10:00 morning stretch Pilates Nana			14:30 basic group Pilates Mao
			11:30 Basic pilates Nana			16:00 basic group Pilates Mao
				18:30 Group pilates (Advance) Megumi		17:30 basic group Pilates Mao
5	6	7	8	9	10	11
10:00 basic group Pilates Mao			10:00 【休講】 morning stretch Pilates Nana	15:30 basic group Pilates Mao	10:00 basic group Pilates Mao	09:30 basic core Pilates (初級) Sakura
11:30 basic group Pilates Mao			11:30 【休講】 Basic pilates Nana	17:00 basic group Pilates Mao	11:30 basic group Pilates Mao	
				18:30 basic group Pilates Mao	13:00 basic group Pilates Mao	
12	13	14	15	16	17	18
			10:00 morning stretch Pilates Nana	10:00 basic group Pilates Mao		
			11:30 Basic pilates Nana	11:30 basic group Pilates Mao		
			17:00 basic group Pilates Mao			
			18:30 basic group Pilates Mao			
19	20	21	22	23	24	25
		17:00 basic group Pilates Mao	10:00 morning stretch Pilates Nana			
			11:30 Basic pilates Nana			
18:30 Group pilates (Advance) Megumi						
26	27	28	29	30	31	1
14:00 basic core Pilates (初級) Sakura	11:30 Group pilates (Advance) Megumi	13:00 basic core Pilates (初級) Sakura	10:00 【休講】 morning stretch Pilates Nana			
	12:30 basic group Pilates Mao		11:30 【休講】 Basic pilates Nana			
	14:00 basic group Pilates Mao					

- \* すべて1レッスン60分となります
- \* レッスンご予約の際は事前にチケット購入をお願いいたします
- \* グループ週1回コースにお申込みのお客様に関しましては5週目のレッスンもご受講頂けます

【キャンセルポリシー】

プライベートレッスン : 予約日時より24時間以内のキャンセルにつきまして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はレッスン料金100%を頂戴いたします。  
グループレッスン : ペナルティは設けておりませんが他のお客様にご迷惑が掛かりますのでなるべくお早めのキャンセル連絡をくださいますようお願いいたします。