

グループレッスン

May

2025年5月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
27	28	29	30	1 09:30 モーニング ピラティス Yuka 13:15 リフォーマー Yuka 13:15 美姿勢 ピラティス Misa	2 10:45 ボディメイク ピラティス Yuka 10:45 リフォーマー Atsuko 14:30 シルクサスペン ション Misa	3 12:00 リフォーマー Suzuka 12:00 マスターストレッチ Atsuko
4 09:30 ボディメイク ピラティス Sayo 12:00 リフォーマー Sayo 13:15 シルクサスペン ション Kikumi	5 10:45 美姿勢 ピラティス Hiroko 13:15 リフォーマー Hiroko 13:15 美姿勢 ピラティス Misa	6 10:45 リフォーマー Kikumi 10:45 美姿勢 ピラティス Suzuka	7 10:45 ボディメイク ピラティス Mariko 12:00 リフォーマー Mariko	8 09:30 モーニング ピラティス Yuka 13:15 リフォーマー Yuka 13:15 美姿勢 ピラティス Misa 19:30 リフォーマー Atsuko	9 10:45 美姿勢 ピラティス Hiroko 10:45 リフォーマー Atsuko 14:30 シルクサスペン ション Misa	10 12:00 ボディメイク ピラティス Atsuko 12:00 リフォーマー Suzuka
11 09:30 ボディメイク ピラティス Sayo 12:00 リフォーマー Sayo 13:15 シルクサスペン ション Kikumi	12 10:45 美姿勢 ピラティス Hiroko 13:15 リフォーマー Hiroko 13:15 美姿勢 ピラティス Misa	13 10:45 リフォーマー Kikumi 10:45 美姿勢 ピラティス Suzuka	14 10:45 ボディメイク ピラティス Mariko 12:00 リフォーマー Mariko	15 13:15 美姿勢 ピラティス Misa	16 10:45 ボディメイク ピラティス Yuka 10:45 リフォーマー Atsuko 14:30 シルクサスペン ション Misa	17 12:00 リフォーマー Suzuka 12:00 マスターストレッチ Atsuko
18 09:30 ボディメイク ピラティス Sayo 12:00 リフォーマー Sayo 13:15 シルクサスペン ション Kikumi	19 10:45 美姿勢 ピラティス Hiroko 13:15 リフォーマー Hiroko 13:15 美姿勢 ピラティス Misa	20 10:45 リフォーマー Kikumi 10:45 美姿勢 ピラティス Suzuka	21 10:45 ボディメイク ピラティス Mariko 12:00 リフォーマー Mariko	22 09:30 モーニング ピラティス Yuka 13:15 リフォーマー Yuka 13:15 美姿勢 ピラティス Misa 19:30 リフォーマー Atsuko	23 10:45 美姿勢 ピラティス Hiroko 10:45 リフォーマー Atsuko 14:30 シルクサスペン ション Misa	24 12:00 ボディメイク ピラティス Atsuko 12:00 リフォーマー Suzuka
25 09:30 ボディメイク ピラティス Sayo 12:00 リフォーマー Sayo 13:15 シルクサスペン ション Kikumi	26 10:45 美姿勢 ピラティス Hiroko 13:15 リフォーマー Hiroko 13:15 美姿勢 ピラティス Misa	27 10:45 リフォーマー Kikumi 10:45 美姿勢 ピラティス Suzuka	28 10:45 ボディメイク ピラティス Mariko 12:00 リフォーマー Mariko	29 09:30 モーニング ピラティス Yuka 13:15 リフォーマー Yuka 13:15 美姿勢 ピラティス Misa	30 10:45 ボディメイク ピラティス Yuka 10:45 リフォーマー Atsuko 14:30 シルクサスペン ション Misa	31 12:00 ボディメイク ピラティス Atsuko 12:00 リフォーマー Suzuka