



レッスンスケジュール

時間	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10:00							10:00~10:45
10:30	10:30~11:30 ピラティス						ベビー
11:00		11:00~12:30 大人 (初級)		11:00~12:30 大人 (初級)	11:00~12:30 大人 (初級)		11:00~12:30 Jr A & Jr B初級
11:30							
12:00							
12:30		12:40~13:10		12:40~13:10	12:40~13:10		12:45~14:15 大人 (初中級)
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							14:30~16:00 S
15:00							
15:30							
16:00							16:15~17:45 Jr B & Jr C
16:30			16:45~18:15 Jr A & Jr B初級				
17:00						17:00~18:30 Jr A & Jr B初級	
17:30							
18:00		18:00~19:30 Jr B		18:00~19:30 Jr B初級以上			
18:30			18:30~20:00 Jr C & S			18:45~20:15 Jr B&Jr C&S	
19:00							
19:30							
20:00		20:00~21:30 Jr C & S	20:15~21:45 大人 (初級)	20:00~21:30 大人 (超入門)			
20:30							
21:00							
21:30							

☆ で囲ってあるところは、ポワント (トゥシューズ) クラスの時間です。

☆ で囲ってあるところは、第1・第3日曜日のレッスンとなります。