

Aulii グループレッスンスケジュール

2021/12/1-

	月	火	水	木	金	土	日
9:00						NEW 9:00-10:00 ベーシック ピラティス Eimi	9:00-10:00 YAMUNA Mami
10:00	10:00-11:00 ベーシック ピラティス Rieko			10:00-11:00 ベーシック ピラティス Rieko			10:00-11:00 ベーシック ピラティス Remi
11:00	11:00-12:00 Reformer Trio (別途1,500円) Sayaka	11:00-12:00 ベーシック ピラティス Acco	11:00-12:00 ベーシック ピラティス Kikuyo	11:00-12:00 ベーシック ピラティス Akane	11:00-12:00 ベーシック ピラティス Kyoko		
11:30	*赤ちゃん連れOK	*赤ちゃん連れOK			*赤ちゃん連れOK	11:30-12:30 ピラティス ステップアップ2 Akane	11:30-12:30 ストレッチーズ ピラティス Eri
13:00					※12/10 Pilates Festa 開催の為 全グループレッスン 休講	※12/11 Pilates Festa 開催の為 全グループレッスン 休講	※12/12 Pilates Festa 開催の為 全グループレッスン 休講
14:30						14:30-15:30 ARC Natsuko	
18:30		18:30-19:30 ピラティス× ファンクショナル トレーニング Shun		18:30-19:30 ストレッチーズ ピラティス Natsuko	18:30-19:30 ストレッチ & ピラティス 代講 Akane		Studio
19:00	19:00-20:00 Reformer Trio (別途1,500円) Eri		19:00-20:00 Reformer Trio (別途1,500円) Shun 12/29 祝日営業 12:30-13:30				Online
20:00			20:00-21:00 ストレッチ& ピラティス Sayaka 12/29 祝日営業 14:30-15:30				Studio & Online ※年末年始休業日 12/30(木) - 1/4(火)