

Aulii グループレッスンスケジュール 11月1日 - 11月15日

2020.10.23作成

	月	火	水	木	金	土	日
10:00						10:00-11:00 ピラティス ステップアップ1 Kyoko	10:00-11:00 ピラティス 初級 Sayaka
11:00	11:00-12:00 ピラティス 初級 Akane	11:00-12:00 骨盤ケア ピラティス Acco	11:00-12:00 ピラティス 初級 Kikuyo	11:00-12:00 骨盤ケア ピラティス Akane	11:00-12:00 ピラティス 初級 Kyoko 11/13 代行Mami		
11:30						11:30-12:30 ピラティス ステップアップ1 Akane	11:30-12:30 ピラティス ステップアップ1 ~11/8Mariko 11/15 Sayaka
13:00						13:00-14:00 ピラティス 初級 Sayaka	13:00-14:00 Flow Pilates Mami
14:30						14:30-15:30 コア強化 ピラティス Natsuko	
18:30	18:30-19:30 YAMUNA Mami	18:30-19:30 ピラティス 初級 Rieko	18:30-19:30 ピラティス 初級 ~11/11 Mariko	18:30-19:30 ピラティス 初級 Natsuko	18:30-19:30 ピラティス 初級 Mami		Studio
20:00	20:00-21:00 スモールボール ピラティス Mami	20:00-21:00 ストレッチ& ピラティス Rieko	20:00-21:00 ストレッチ& ピラティス ~11/11 Mariko	20:00-21:00 ピラティス ステップアップ1 Natsuko	20:00-21:00 調整 ピラティス Yoosa 11/6.13 代行Mami		Studio & online