

Aulii グループレッスンスケジュール

2022/1/1-

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|--|---|--|---|---|---|--|
| 9:00 | | | | | | 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 | NEW 11:00-12:00 ARC Akane 1/27 代講 Natsuko | 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 |
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 13:00 | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | 14:30-15:30 ARC Natsuko 1/8 代講 Eri | |
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 18:30 | 18:30-19:30 Reformer Trio (別途1,500円) Eri | 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 | | Studio |
| 19:00 | 1/10 祝日営業 12:30-13:30 | | 19:00-20:00 Reformer Trio (別途1,500円) Shun | | 1/7 代講 Akane 1/14 代講 Natsuko 1/21 代講 Akane 1/28 代講 Natsuko | | Online |
| 20:00 | | | 20:00-21:00 ストレッチ & ピラティス Sayaka | | | | Studio & Online |