

Aulii オンライングループレッスンスケジュール

2024/4/1-4/30

	月	火	水	木	金	土	日
10:00				10:00-11:00 ベーシック ピラティス Rieko 4/4,18のみ開催 ★★			10:00-11:00 ベーシック ピラティス Remi ★★
11:00		11:00-12:00 ピラティス入門 Mie ★	11:00-12:00 ピラティス入門 Ayako ★				
11:30						11:30-12:30 ピラティス ステップアップ Akane 4/6,20代講Mie ★★★	
13:00	月	火	水	木	金	土	日
18:30		18:30-19:30 ストレッチーズ ピラティス Anna ★★					
19:00							リアルタイムでZoomを 利用して受講できます。 インストラクターより動きの チェックもあり、安心です。 ■ 受講料金 2,800円

- ★ 初心者～初級向け
- ★★ 初級～中級向け
- ★★★ 中級向け

Aulii メインスタジオ 中央区銀座4-9-6 陽光銀座三原橋ビル8階
03-6264-0567