

# Aulii オンライングループプレッスンスケジュール

2024/11/1-11/30

	月	火	水	木	金	土	日
10:00				10:00-11:00 ベーシック ピラティス Rieko 11/14,28のみ開催 ★★			10:00-11:00 ベーシック ピラティス Saya ★★
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 11/13 代行 Sayaka ★				
11:30						11:30-12:30 ピラティス ステップアップ Akane 11/2,9 代行 Anna ★★★	
13:00	月	火	水	木	金	土	日
18:30						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	
19:00							

- ★ 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