

# Aulii オンライングループプレッスンスケジュール

2025/3/1-3/31

|       | 月 | 火                                  | 水                                    | 木   | 金 | 土  | 日   |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------------|---|---|--|---|
| 10:00 |   |                                    |                                      | 10:00-11:00<br>ベーシック<br>ピラティス<br>Rieko<br>3/13,27のみ開催<br>★★ |   |  | 10:00-11:00<br>ベーシック<br>ピラティス<br>Saya<br>★★ |
| 11:00 |   | 11:00-12:00<br>ピラティス入門<br>Mie<br>★ | 11:00-12:00<br>ピラティス入門<br>Ayako<br>★ |   |   |  |   |
| 11:30 |   |                                    |                                      |   |   | 11:30-12:30<br>ピラティス<br>ステップアップ<br>Akane<br>3/1,8 13:00-14:00<br>代行Anna<br>★★★     |   |
|       | 月 | 火                                  | 水                                    | 木   | 金 | 土  | 日   |
| 13:00 |   |                                    |                                      |   |   |  |   |
|       | 月 | 火                                  | 水                                    | 木   | 金 | 土  | 日   |
| 18:30 |   |                                    |                                      |   |   | リアルタイムでZoomを<br>利用して受講できます。<br>インストラクターより動きの<br>チェックもあり、安心です。<br><br>■ 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