

# 8月 ONLINE LESSON

日	月	火	水	木	金	土
						<b>1</b>  10:00 / mika ジャイロキネシス 11:30 / miki ピラティス
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b> 8:00※30分/natsuki. モーニングピラティス 10:00/yuki アドバンスピラティス 21:00 masako ストレッチピラティス	<b>5</b> 10:30 / mikiko 美脚ピラティス 12:00 / natsuki.s ビギナーズピラティス	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
		14:00 / yukie ピラティスwith ベビー		<b>9</b> 9:30 / naoko 椅子de ピラティス	<b>10</b> 9:30 / akiko 骨盤底筋トレーニング ピラティス	<b>11</b> 10:15 /kiyono 美脚ピラティス
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b> 8:00※30分/natsuki. モーニングピラティス 10:00/yukie 子連れピラティス	<b>12</b> 10:30 / mikiko 美脚ピラティス 12:00 / natsuki.s ビギナーズピラティス 21:00 masako ストレッチピラティス	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
		21:00 masako ストレッチピラティス		<b>16</b> 9:30 / naoko 椅子de ピラティス 11:00 / mika 代謝アップピラティス	<b>17</b> 9:30 / akiko 骨盤底筋トレーニング ピラティス	<b>18</b> 10:00 / mika ジャイロキネシス 11:30 / miki ピラティス
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b> 8:00※30分/natsuki. モーニングピラティス 10:00/yuki アドバンスピラティス 21:00 masako ストレッチピラティス	<b>19</b> 10:30 / mikiko 美脚ピラティス 12:00 / natsuki.s ビギナーズピラティス 21:00 masako ストレッチピラティス	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
		21:00 masako ストレッチピラティス		<b>23</b> 9:30 / naoko 椅子de ピラティス	<b>24</b> 9:30 / akiko 骨盤底筋トレーニング ピラティス	<b>25</b> 10:15 /kiyono 美脚ピラティス
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b> 8:00※30分/natsuki. モーニングピラティス 10:00/yukie 子連れピラティス	<b>26</b> 10:30 / mikiko 美脚ピラティス 12:00 / natsuki.s ビギナーズピラティス	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
		21:00 masako ストレッチピラティス		<b>30</b> 10:00 / jun ピラティス	<b>31</b> 10:00 / jun ピラティス 21:00 masako ストレッチピラティス	
<b>30</b>	<b>31</b>		<b>料金</b> 60分レッスン      30分レッスン 1回：1,870          1回：950円 3回：5,280円      4回：3,600円 5回：8,250円 ☆チケットは8月中レッスンでご利用ください。			