

Lesson schedule 10月

Sun.	Mon.	Tue.	Web.	Thu.	Fri.	Sat.
		01	02	03	04	05
		資格コース	プライベート 10:00~12:00(2)	★グループ 10:00~11:00(13) 19:00~20:00(13) ★ピラティス 11:30~12:00(12) 20:15~20:45(12) セミ 16:00~17:00(4)	セミ 19:30~20:30(4)	
		プライベート 14:00~20:00(5)		プライベート 11:00~14:00(3) 18:00~20:00(2)		プライベート 10:00~13:00(3) 14:00~19:00(4)
06	07	08	09	10	11	12
セミ 11:30~12:30(4)	セミ 11:00~12:00(4) 19:30~20:30(4)	資格コース	プライベート 10:00~12:00(2)	★グループ 10:00~11:00(13) 19:00~20:00(13) ★ピラティス 11:30~12:00(12) 20:15~20:45(12)	セミ 19:30~20:30(4)	セミ 10:00~11:00(4)
プライベート 10:00~11:00(1) 13:00~17:00(4)	プライベート 10:00~11:00(1) 12:00~19:00(5)	プライベート 14:00~20:00(5)		プライベート 11:00~13:00(2) 14:00~20:00(5)	プライベート 10:00~13:00(3) 14:00~19:00(4)	
13	14	15	16	17	18	19
セミ 11:30~12:30(4)		資格コース		★グループ 10:00~11:00(13) 19:00~20:00(13) ★ピラティス 11:30~12:00(12) 20:15~20:45(12) セミ 16:00~17:00(4)	セミ 19:30~20:30(4)	
プライベート 10:00~11:00(1) 13:00~17:00(4)	プライベート 10:00~11:00(1) 14:00~17:00(3)	プライベート 14:00~20:00(5)		プライベート 11:00~15:00(3) 18:00~20:00(2)	プライベート 10:00~13:00(3) 14:00~19:00(4)	プライベート 10:00~17:00(6)
20	21	22	23	24	25	26
セミ 11:30~12:30(4)	セミ 11:00~12:00(4) 19:30~20:30(4)	資格コース		★グループ 10:00~11:00(13) 19:00~20:00(13) ★ピラティス 11:30~12:00(12) 20:15~20:45(12)	セミ 19:30~20:30(4)	セミ 10:00~11:00(4)
プライベート 10:00~11:00(1) 13:00~17:00(4)	プライベート 10:00~11:00(1) 14:00~19:00(4)	プライベート 14:00~20:00(5)	プライベート 10:00~12:00(2)	プライベート 11:00~17:00(5) 18:00~20:00(2)	プライベート 10:00~13:00(3) 14:00~19:00(4)	プライベート 11:00~16:00(3)
27	28	29	30	31		
セミ 11:30~12:30(4)	セミ 11:00~12:00(4) 19:30~20:30(4)	資格コース		★グループ 10:00~11:00(13) 19:00~20:00(13) ★ピラティス 11:30~12:00(12) 20:15~20:45(12) セミ 16:00~17:00(4)		
プライベート 10:00~11:00(1) 13:00~17:00(4)	プライベート 10:00~11:00(1) 14:00~19:00(4)	プライベート 14:00~20:00(5)	プライベート 10:00~12:00(2)	プライベート 11:00~15:00(3) 18:00~20:00(2)		

お問い合わせ

電話・メールにてお願いいたします

レッスン中は、電話に出られない場合がございます。折り返しご連絡差し上げます。

☎070-4297-7388

motokoisaisa@gmail.com

HP:<http://pilates-arte.com/>

ご予約

ご予約はメールのみ、承ります。

motokoisaisa@gmail.com

お名前・TEL・メールアドレス・希望レッスン日・希望受講時間(プライベートは、指定時間内で1セッション1時間です)を上記アドレスへお送り下さい。

体験日

体験前に、カウンセリング&お身体のチェック

あなただけのトレーニングが始まります！