

2015年1月~2月

Studio B-Meister

# グループレッスンタイムスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
10	School 9:50~ 12:00	Instructor Course 10:00~ 13:00					
11				週変わり 11:15~ 12:15	ピラティス 11:15~ 12:15	ボディキー 11:15~ 12:15	マスター ストレッチ 11:15~ 12:15
12							
13							ピラティス 12:45~ 13:45
14		ピラティス 13:30~ 14:30		木 曜 定 休 日	マスター ストレッチ 14:00~ 15:00	ピラティス フォームローラー 14:00~ 15:00	
15	ピラティス フォームローラー 14:30~ 15:30		Instructor Course 14:00~ 17:00				
16							
17						ピラティス 16:30~ 17:30	週変わり 16:30~ 17:30
18	マスター ストレッチ 18:00~ 19:00	ピラティス 18:00~ 19:00					
19			ピラティス 19:15~ 20:15		週わり 19:15~ 20:15	*週わりレッスンについて 1・3・5週目 ピラティス 2週目 マスターストレッチ 4週目 ボディキー	
20							



営業時間 平日 : 10:00~20:30(木曜定休)  
土日祝 : 10:00~19:00