

◆◆ご予約・お問い合わせはこちらまで◆◆

TEL:03-6226-2808

Mail:info@ginza-garden.com

Pilates garden スケジュール

◎ご予約方法に関しましては、裏面をご覧ください。

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
10							10:00~11:00 ピラティス・スクール+ Saki
11	11:00~12:00 ベーシック・ピラティス Sachiko	10:30~11:30 バレトン Fujico	11:00~12:00 ピラティス・スクール+ Emi	10:30~11:30 ピラティス・スクール+ Sachiko	10:30~11:30 ピラティス・スクール+ Mika	10:30~11:30 ピラティス・スクール+ Chiyo	11:15~11:45 グラビティ・グループ Saki
12	12:15~13:00 グラビティ・グループ&ストレッチ Sachiko	11:45~12:30 グラビティ・グループ&ストレッチ Saki	12:15~13:00 グラビティ・グループ&ストレッチ Emi	11:45~12:30 グラビティ・グループ&ストレッチ Sachiko	11:40~12:40 アロマテトックス・ピラティス Yasuko	11:40~12:40 ピラティス・スクール+ Chiyo	12:00~13:00 テトックス&スローピラティス Saki
13	13:15~14:15 バレトン Sachiko	12:45~13:45 ピラティス・スクール+ Saki	13:15~14:15 バランスシェイプ Emi	12:45~13:45 マシンピラティス Ai	12:50~13:50 ベーシック・ピラティス Miwako	12:50~13:50 ピラティス・スクール+ Chiyo	13:15~13:45 グラビティ・グループ Saki
14	14:30~16:00 パーソナルピラティス(60分) パートナーストレッチ(30分) Kanao	※14:00以降は、養成コース・ ワークショップでの使用。	14:30~15:30 パーソナルピラティス(60分) パートナーストレッチ(30分) Emi/Kanao	14:30~15:30 パーソナルピラティス Saki/Ai	14:00~15:00 ビギナー・ピラティス Miwako	14:00~15:00 バレトン Kanao	※14:00以降は、養成コース・ ワークショップでの使用。
15			15:40~16:40 ビギナー・ピラティス Kyoko	15:50~16:50 パーソナルピラティス Saki/Ai		15:10~16:10 ベーシック・ピラティス Kanao	
16						16:20~17:20 ピラティス・スクール+ Kanao	
17							※17:30以降は、養成コース・ ワークショップでの使用。
18	18:20~19:20 ピラティス・スクール+ Kanao	18:05~19:05 マシンピラティス Ai	18:20~19:05 グラビティ・グループ&ストレッチ Kanao	18:20~19:20 バランスシェイプ Saki	18:20~19:20 ピラティス・スクール+ Sachiko		
19	19:30~20:30 バレトン Kanao	19:20~20:20 ピラティス・スクール+ Ai	19:20~20:20 ピラティス・スクール+ Kanao	19:30~20:30 ピラティス・スクール+ Yasuko	19:30~20:15 グラビティ・グループ&ストレッチ Sachiko		
20	20:40~21:40 マシンピラティス Kanao	20:30~21:30 ベーシック・ピラティス Ai	20:30~21:30 テトックス&スローピラティス Kanao	20:40~21:40 アロマテトックス・ピラティス Yasuko	20:30~21:30 バレトン Sachiko		
21							

※登録クラス、フリーでのご予約分のみ当日キャンセルを承ります。その他の当日キャンセル・無断欠席は、受講扱いです。

※月8回コース・特別会員様へ 登録クラス以外の予約について・・・事前予約は、1レッスンのみです。それ以外のご予約は、当日朝10時以降にお電話にて承ります。