

2018.07

LessonSchedule



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2 【AQUA松山天山】★ 11:00 ボディメイク&産後 12:15 マスターストレッチ 13:30 ダイエットコース 15:00 Private Lesson	3 13:00-14:00 Private Lesson 14:00 医療機関サポート	4 BLOCKED	5 【AQUA松山天山】★ 13:30ボディメイクピラティス 14:45-18:00 Private	6 【BLEZ Pilates新居浜】 9:00-19:00 Private Lesson	7 【AQUA松山天山】★ 13:00 メディカルピラティス 14:15 マスターストレッチ 15:30 マタニティピラティス 16:40 Private Lesson 18:50 ダイエットコース 20:00 ダイエットコース
8 ワークショップ2 (松山)	9 【AQUA松山天山】★ 11:00 ボディメイク&産後 12:15 マスターストレッチ 13:30 ダイエットコース 15:00 Private Lesson	10 BLOCKED	11 BLOCKED	12 【AQUA松山天山】★ 13:30ボディメイクピラティス 14:45-18:00 Private	13 【BLEZ Pilates新居浜】 9:00-19:00 Private Lesson	14 【AQUA松山天山】★ 13:00 メディカルピラティス 14:15 マスターストレッチ 15:30 マタニティピラティス 16:40 Private Lesson 18:50 ダイエットコース 20:00 ダイエットコース
15 BLOCKED	16 BLOCKED	17 BLOCKED	18 BLOCKED	19 【AQUA松山天山】★ 13:30ボディメイクピラティス 14:45-18:00 Private	20 【BLEZ Pilates新居浜】 9:00-19:00 Private Lesson	21 【AQUA松山天山】★ 13:00 メディカルピラティス 14:15 マスターストレッチ 15:30 マタニティピラティス 16:40 Private Lesson 18:50 ダイエットコース 20:00 ダイエットコース
22 Private Lesson (松山)	23 【AQUA松山天山】★ 11:00 ボディメイク&産後 12:15 マスターストレッチ 13:30 ダイエットコース 15:00 Private Lesson	24 BLOCKED	25 BLOCKED	26 【AQUA松山天山】★ 13:30ボディメイクピラティス 14:45-18:00 Private	27 【BLEZ Pilates新居浜】 9:00-11:00, 18:00- Private Lesson 14:00 医療機関サポート	28 【AQUA松山天山】★ 13:00 メディカルピラティス 14:15 マスターストレッチ 15:30 マタニティピラティス 16:40 Private Lesson 18:50 ダイエットコース 20:00 ダイエットコース
29 Private Lesson (松山)	30 【AQUA松山天山】★ 11:00 ボディメイク&産後 12:15 マスターストレッチ 13:30 ダイエットコース 15:00 Private Lesson	31 BLOCKED	1	2	3	4
5	6	◆メディカルピラティス ◆ボディメイクピラティス ◆マスターストレッチ×バンジートーン ◆マタニティピラティス ◆産後リカバリーピラティス ◆プライベートレッスン (1×1) ◆ダイエット集中コース3ヶ月 ◆インストラクターコース3ヶ月		★はマシンピラティスプライベートレッスン実施日です。 ◆AQUA/アクア(松山市天山3-9-24)㊸㊹㊺ ◆BLEZ Pilates [新居浜Office] ㊸㊹㊺㊻㊼		