

Sky Pilates Tokyo presents

2018年11月グループセッション スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					リフォーマー 11:00-12:00 船橋	
					リフォーマー 14:00-15:00 神田	
4	5	6	7	8	9	10
マット	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	産後マット	リフォーマー
12:15-13:15	13:30-14:30	10:00-11:00	10:15-11:15	11:30-12:30	11:00-12:00	10:00-11:00
尾碇	尾碇	船橋	河南	河南	鈴木(サ)	河南
リフォーマー		リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	産後マット	マット
13:30-14:30		11:00-12:00	11:30-12:30	19:30-20:30	13:00-14:00	11:30-12:30
尾碇		辻本	宇井	鈴木(サ)	鈴木(サ)	神田
					リフォーマー 14:00-15:00 神田	リフォーマー 15:45-16:45 神田
11	12	13	14	15	16	17
マット	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー
12:15-13:15	15:00-16:00	10:00-11:00	11:30-12:30	11:30-12:30	10:00-11:00	10:00-11:00
尾碇	河南	船橋	宇井	河南	船橋	河南
リフォーマー		リフォーマー	リフォーマー		リフォーマー	
13:30-14:30		11:00-12:00	19:30-20:30		14:00-15:00	
尾碇		辻本	船橋		神田	
					リフォーマー 19:00-20:00 河南	
					リフォーマー 20:00-21:00 鈴木(サ)	
18	19	20	21	22	23	24
マット	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー
12:15-13:15	13:30-14:30	10:00-11:00	11:30-12:30	10:30-11:30	14:00-15:00	10:00-11:00
尾碇	尾碇	船橋	宇井	船橋	神田	河南
リフォーマー		リフォーマー		リフォーマー	リフォーマー	マット
13:30-14:30		11:00-12:00		19:30-20:30	15:45 ~ 16:45	11:30-12:30
尾碇		辻本		鈴木(サ)	河南	神田
						リフォーマー 15:45-16:45 神田
25	26	27	28	29	30	
マット	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	リフォーマー	
12:15-13:15	15:00-16:00	11:00-12:00	11:30-12:30	11:30-12:30	14:00-15:00	
尾碇	河南	辻本	宇井	河南	神田	
リフォーマー					リフォーマー	
13:30-14:30					19:00-20:00	
尾碇					河南	
					リフォーマー 20:00-21:00 鈴木(サ)	

2018年10月グループセッション スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	リフォーマー 15:00-16:00 河南	リフォーマー 11:00-12:00 辻本	リフォーマー 11:30-12:30 宇井	リフォーマー 11:30-12:30 河南	リフォーマー 14:00-15:00 神田	リフォーマー 10:00-11:00 河南
					リフォーマー 19:00-20:00 河南	
7	8	9	10	11	12	13
マット 12:15-13:15 尾碇	リフォーマー 15:00-16:00 河南	リフォーマー 11:00-12:00 辻本	リフォーマー 11:30-12:30 宇井	リフォーマー 10:30-11:30 船橋	リフォーマー 10:30-11:30 船橋	リフォーマー 10:00-11:00 河南
リフォーマー 13:30-14:30 尾碇		リフォーマー 12:00-13:00 船橋		リフォーマー 11:30-12:30 河南	リフォーマー 14:00-15:00 神田	マット 11:30-12:30 神田
					リフォーマー 20:00-21:00 鈴木(サ)	リフォーマー 15:45-16:45 神田
					リフォーマー 19:00-20:00 河南	
14	15	16	17	18	19	20
マット 12:15-13:15 尾碇	リフォーマー 15:00-16:00 河南	リフォーマー 10:00-11:00 船橋	リフォーマー 11:30-12:30 宇井	リフォーマー 11:30-12:30 河南	産後マット 11:00-12:00 鈴木(サ)	リフォーマー 10:00-11:00 河南
リフォーマー 13:30-14:30 尾碇		リフォーマー 11:00-12:00 辻本	リフォーマー 19:30-20:30 船橋	リフォーマー 19:30-20:30 鈴木(サ)	産後マット 13:00-14:00 鈴木(サ)	
					リフォーマー 14:00-15:00 神田	
					リフォーマー 19:00-20:00 河南	
21	22	23	24	25	26	27
マット 12:15-13:15 尾碇	リフォーマー 15:00-16:00 河南	リフォーマー 11:00-12:00 辻本	リフォーマー 11:30-12:30 宇井	リフォーマー 11:30-12:30 河南	リフォーマー 10:30-11:30 船橋	リフォーマー 10:00-11:00 河南
リフォーマー 13:30-14:30 尾碇					リフォーマー 14:00-15:00 神田	マット 11:30-12:30 神田
					リフォーマー 20:00-21:00 鈴木(サ)	リフォーマー 15:45-16:45 神田
					リフォーマー 19:00-20:00 河南	
28	29	30	31			
マット 12:15-13:15 尾碇	リフォーマー 15:00-16:00 河南	リフォーマー 10:00-11:00 船橋	リフォーマー 11:30-12:30 宇井			
リフォーマー 13:30-14:30 尾碇		リフォーマー 11:00-12:00 辻本				
			リフォーマー 19:30-20:30 船橋			

※鈴木(サ)先生のクラスは女性限定です。