

## Sky Pilates Tokyo presents 2019年1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
			マット 11:15-12:15 河南	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 11:30-12:30 宇井	リフォーマー 12:45-13:45 河南	リフォーマー 11:30-12:30 河南	
			リフォーマー 12:30-13:30 河南		リフォーマー 12:45-13:45 河南	
6	7	8	9	10	11	12
	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 19:45-20:45 鈴木(サ)	リフォーマー 10:30-11:30 船橋	マット 11:30-12:30 神田
					産後マット 11:00-12:00 鈴木(サ)	リフォーマー 15:45-16:45 神田
					産後マット 13:00-14:00 鈴木(サ)	
					リフォーマー 14:00-15:00 神田	
13	14	15	16	17	18	19
マット 12:15-13:15 尾碇	リフォーマー 11:30-12:30 尾碇	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 13:30-14:30 尾碇				リフォーマー 19:45-20:45 鈴木(サ)	リフォーマー 19:00-20:00 河南	
20	21	22	23	24	25	26
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 14:00-15:00 神田	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 19:45-20:45 鈴木(サ)	リフォーマー 19:00-20:00 河南	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
27	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 11:30-12:30 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 10:30-11:30 船橋	リフォーマー 19:45-20:45 鈴木(サ)		
		産後マット 11:00-12:00 鈴木(サ)				
		産後マット 13:00-14:00 鈴木(サ)				

## 2018年12月グループセッション スケジュール

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

※鈴木(サ)先生のクラスは女性限定です。