

Sky Pilates Tokyo presents

2019年2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 |
| | | | | | 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 20:00-21:00 鈴木(サ) | |
| | | | | | リフォーマー 19:00-20:00 河南 | |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 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 20:00-21:00 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 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 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 | 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 20:00-21:00 鈴木(サ) | 産後マット 13:00-14:00 鈴木(サ) | マット 11:30-12:30 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 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 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 | 産後マット 11:00-12:00 鈴木(サ) | 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 11:30-12:30 宇井 | リフォーマー 20:00-21:00 鈴木(サ) | リフォーマー 19:00-20:00 河南 | |
| | | | 産後マット 13:00-14:00 鈴木(サ) | | リフォーマー 20:00-21:00 鈴木(サ) | |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | | |
| 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 11:00-12:00 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 13:30-14:30 尾碇 | 産後マット 13:00-14:00 鈴木(サ) | | | リフォーマー 20:00-21:00 鈴木(サ) | | |
| | リフォーマー 15:00-16:00 河南 | | | | | |

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) | | | | |

※鈴木(サ)先生のクラスは女性限定です。