	月	火	水	木	金	土	日
	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日
10:00	Pv R	Pv Owner's	Pv R Pv Owner's	P	Pv Owner's	Pv E	休館日
11:30				Pv Owner's		MS	
13:00	韓国語					Pv E	
14:30	Pv R						
16:00							
17:30							
19:00					P		
20:30							

	月	火	水	木	金	土	日
	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日
10:00	Pv R Pv Owner's	Pv R 多摩クラス	Pv R Pv Owner's	P	Pv R Pv Owner's	休館日	休館日 多摩クラス
11:30				Pv R Pv Owner's			
13:00							
14:30							
16:00							
17:30							
19:00					P		
20:30							

	月	火	水	木	金	土	日
	9月30日						
10:00	Pv R Pv Owner's						
11:30							
13:00							
14:30							
16:00							
17:30							
19:00							
20:30							

スタジオ休講のご案内

●毎週日曜日：休館日
●9/28：休館日

P：ピラティス（グループ）
MS：マスターストレッチ（グループ）
Pv E：プライベートセッション
マットのみ・リフォーマー・
イクイップメントの３種から選択可
Pv R：プライベートセッション
マットのみ・リフォーマーの
２種より選択可
Pv Oener's：プライベートセッション
イクイップメントコース・
バレエピラティスなどをメイン

韓国語レッスンのご案内

隔週月曜日13:00-14:00にて、美成（ミソン）先生による韓国語レッスンが開講中！
プライベートは、平日の白枠のPv Rの中で受講できます♪

グループピラティスご案内

７月よりグループピラティスの価格がお安くなりました！
グループセッションは最大４名ですので、ご予約はお早めにどうぞ♪