

GWの定休日…4月29日(水)～5月5日(火)まで。
5月のレッスンは…6日(水)よりスタートいたします。

5月のTIME SCHEDULE

ピラティスガーデン 大名スタジオ

	Sunday		Monday			Tuesday			Wednesday			Thursday			Friday			Saturday		
	スタジオ 1	スタジオ 2	スタジオ 1	スタジオ 2	スタジオ 3	スタジオ 1	スタジオ 2	スタジオ 3	スタジオ 1	スタジオ 2	スタジオ 3	スタジオ 1	スタジオ 2	スタジオ 3	スタジオ 1	スタジオ 2	スタジオ 3	スタジオ 1	スタジオ 2	スタジオ 3
10																				
11	ビギナーグラビティ 10:20～10:50		ビギナーグラビティ 【MAKI】 10:15～10:45						ピラティス 【沼田】 10:20～11:20			ピラティス 【YOKO】 10:30～11:30	トータルピラティス 【西】 10:40～11:40		グラビティトレーニング 【サチ】 10:15～10:45			ピラティス 【サチ】 10:35～11:20	ピギナー 【松藤】 10:30～11:30	ピラティス 【柳原】 10:30～11:30
12	グラビティピラティス 11:00～11:45	ピラティス 【吉塚】 11:00～12:00	グラビティピラティス 【MAKI】 10:55～11:40						ピラティス 【沼田】 11:30～12:30			ピラティス 【YOKO】 11:40～12:40	ピラティス 【西】 11:50～12:50		ピギナーグラビティ 【サチ】 11:00～11:30	ママピラティス 【MAKI】 11:00～12:15		ピラティス 【サチ】 10:40～11:40	ピラティスフロー 【松藤】 11:30～12:30	ピラティス 【柳原】 11:40～12:40
13	グラビティトレーニング 12:00～12:30	ピラティス 【吉塚】 12:00～13:10	グラビティトレーニング 【MAKI】 11:50～12:20	トータルピラティス 【秋田】 11:40～12:40					ピラティス 【沼田】 11:30～12:30			ピラティス 【YOKO】 11:40～12:40	ピラティス 【西】 11:50～12:50		ママピラティス 【MAKI】 11:00～12:15			ピラティス 【サチ】 11:30～12:30	ピラティス 【柳原】 11:40～12:40	
14	マットピラティス 体験会 13:00～14:00	ピギナー 【吉塚】 13:20～14:05		マットピラティス 体験会【MAKI】 12:50～13:50					マットピラティス 体験会【YoKo】 12:40～13:40			ピギナー 【MAKI】 12:45～13:30			ピラティス 【YOKO】 12:50～13:50			ピラティス 【MAKI】 12:50～13:50	トータルピラティス 【サチ】 13:00～14:00	マットピラティス 体験会【藤野】 12:50～13:50
15	10日【CHIKA】 17日【CHIKA】 24日【CHIKA】 31日【荒川】			ピラティス 【松田】 14:20～15:20								ピラティスSクラス 【MAKI】 14:00～15:00			グラビティトレーニング 【CHIKA】 14:30～15:00			ピギナー 【サチ】 14:10～14:55	ピラティス 【藤野】 14:20～15:20	お楽しみレッスン 【CHIKA】 14:00～15:00
16																		ピラティス 【CHIKA】 15:10～16:10		ピラティス 【牛島】 15:20～16:20
17									キッズ バレエピラティス 【大島】 17:00～18:00									ピラティス 【CHIKA】 16:30～17:00	トータルピラティス 【牛島】 16:30～17:30	
18																		ピラティス 【荒川】 18:00～19:00		ピラティス 【牛島】 17:40～18:40
19			ピラティス 【荒川】 18:00～19:00	ピラティス 【吉塚】 18:20～19:20	トータルピラティス 【CHIKA】 18:10～19:10	ピラティス 【CHIKA】 18:10～19:10	ピラティス 【吉塚】 18:20～19:20	ピラティス 【荒牧】 18:30～19:30	ピラティス 【沼田】 18:20～19:20	トータルピラティス 【松藤】 18:10～19:10	トータルピラティス 【沼田】 18:20～19:20	ピラティス 【サチ】 18:30～19:30	ピラティス 【藤野】 19:20～20:20	ママピラティス 体験会【松田】 18:00～19:00	ピラティス 【HAMA】 18:30～19:00	トータルピラティス 【荒牧】 18:30～19:30	ピギナー 【MORI】 18:40～19:25			
20			グラビティピラティス 【荒川】 19:25～20:10	ピギナー 【吉塚】 19:30～20:15	ピラティスフロー 【CHIKA】 19:20～20:20	ピラティス 【CHIKA】 19:20～20:20	トータルピラティス 【吉塚】 19:30～20:30	ピラティス 【秋田】 19:10～20:10	トータルピラティス 【荒牧】 19:40～20:40	ピラティス 【MAKI】 19:30～20:30	ピラティス 【松藤】 19:20～20:20	ピラティス 【沼田】 19:30～20:30	トータルピラティス 【サチ】 19:40～20:40	ピラティス 【藤野】 19:20～20:20	ピラティス 【HAMA】 19:15～20:00	トータルピラティス 【荒牧】 19:40～20:40	ピラティス 【MORI】 19:35～20:35			
21			ピラティス 【荒川】 20:30～21:30	ピラティス 【吉塚】 20:40～21:40	トータルピラティス 【CHIKA】 20:30～21:30	ピラティス 【CHIKA】 20:30～21:30	ピラティス 【吉塚】 20:40～21:40	ピラティス 【秋田】 20:20～21:20	トータルピラティス 【MAKI】 20:40～21:40	トータルピラティス 【松藤】 20:30～21:30	ピラティス 【沼田】 20:40～21:40	ピラティス 【藤野】 20:30～21:30	ピラティス 【沼田】 20:40～21:40	ピラティス 【藤野】 20:30～21:30	ピラティス 【HAMA】 20:15～20:45	ボディメイクピラティス 【大島】 20:50～21:35				
22																				

★ 5月お楽しみレッスン

- ★ 5月 9日…復習クラス
- ★ 5月16日…バレトン
- ★ 5月23日…ボールピラティス
- ★ 5月30日…アロマリラクゼーション
フットマッサージ(45分)

5月30日のアロマリラクゼーションは
1回500円となります。

のレッスンは、チケット受講可能です。(前日15時までのご予約が必要です。)

・タイムスケジュールは変更する場合がございますのでお手数ですが
その都度ご確認くださいませようお願い致します。



TEL092-736-8833
http://www.pilates-garden.com

〒810-0041
福岡市中央区大名2丁目6-26 ホッポハウス・ミツカ3F
produced by Oasis-Maki Co.,Ltd.