

オンライン ピラティス 7 月

月	火	水	木	金	土	日
6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日
		10:00 - 12:00 PL04 ピラティス-エクササイズ4 13:00 - 15:00 PL05 ピラティス-エクササイズ5	13:00 - 15:00 PL09 ピラティス-エクササイズ9 15:30 - 17:30 PL10 ピラティス-エクササイズ10	10:00 - 12:00 PL06 ピラティス-エクササイズ6 13:00 - 15:00 PL07 ピラティス-エクササイズ7		
7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日	7月12日	7月13日
10:00 - 12:00 PL11 ピラティス-クラスデザイン 13:00 - 15:00 PL12 ピラティス最終クラス		10:00 - 12:00 PL08 ピラティス-エクササイズ8 13:00 - 15:00 PL09 ピラティス-エクササイズ9		10:00 - 12:00 PL10 ピラティス-エクササイズ10 13:00 - 15:00 PL11 ピラティス-クラスデザイン	10:00 - 12:00 PL01 ピラティス-エクササイズ1 13:00 - 15:00 PL02 ピラティス-エクササイズ2 15:30 - 17:30 PL03 ピラティス-エクササイズ3	
7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日	7月19日	7月20日
	10:00 - 12:00 PL07 ピラティス-エクササイズ7 13:00 - 15:00 PL08 ピラティス-エクササイズ8	10:00 - 12:00 PL12 ピラティス最終クラス			10:00 - 12:00 PL04 ピラティス-エクササイズ4 13:00 - 15:00 PL05 ピラティス-エクササイズ5 15:30 - 17:30 PL06 ピラティス-エクササイズ6	
7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日	7月27日
	10:00 - 12:00 PL09 ピラティス-エクササイズ9 13:00 - 15:00 PL10 ピラティス-エクササイズ10				10:00 - 12:00 PL07 ピラティス-エクササイズ7 13:00 - 15:00 PL08 ピラティス-エクササイズ8 15:30 - 17:30 PL09 ピラティス-エクササイズ9	
7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日	8月3日
	10:00 - 12:00 PL11 ピラティス-クラスデザイン 13:00 - 15:00 PL12 ピラティス最終クラス					

オンラインピラティス 8 月

月	火	水	木	金	土	日
7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日	8月3日
					10:00 - 12:00 PL10 ピラティス-エクササイズ10 13:00 - 15:00 PL11 ピラティス-クラスデザイン 15:30 - 17:30 PL12 ピラティス最終クラス	
8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日	8月10日
						10:00 - 12:00 PL01 ピラティス-エクササイズ1 13:00 - 15:00 PL02 ピラティス-エクササイズ2 15:30 - 17:30 PL03 ピラティス-エクササイズ3
8月11日	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日	8月17日
10:00 - 12:00 PL04 ピラティス-エクササイズ4 13:00 - 15:00 PL04 ピラティス-エクササイズ4 15:30 - 17:30 PL06 ピラティス-エクササイズ6						
8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日
					10:00 - 12:00 PL04 ピラティス-エクササイズ4 13:00 - 15:00 PL05 ピラティス-エクササイズ5 15:30 - 17:30 PL06 ピラティス-エクササイズ6	
8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日
	10:00 - 12:00 PL01 ピラティス-エクササイズ1 13:00 - 15:00 PL02 ピラティス-エクササイズ2 15:30 - 17:30 PL03 ピラティス-エクササイズ3					15:30 - 17:30 PL12 ピラティス最終クラス
9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日