

セサミマシンピラティススタジオ週間スケジュール表

2026.2.18～

	火	水	木	金	土	日
10:00		セミプライベート 太田	セミプライベート 太田	セミプライベート 太田		セミプライベート 平
30		10:05～10:50	10:05～10:50	10:05～10:50		10:00～10:45
11:00						
30		セミプライベート 平				プライベート 平
		11:15～12:00				11:00～11:50
12:00				プライベート 平	セミプライベート 松元	
30		セミプライベート 平		12:00～12:50	12:00～12:45	
12:15		12:15～13:00				
13:00					プライベート 松元	
30					13:00～13:50	
14:00						
30						
15:00	セミプライベート 詩乃		セミプライベート 詩乃		プライベート 詩乃	
30	15:00～15:45		15:00～15:45		15:00～15:50	
16:00	セミプライベート 詩乃	セミプライベート 松元			セミプライベート 詩乃	
30	16:00～16:45	16:00～16:45			16:00～16:45	
17:00	プライベート 詩乃	プライベート 松元	プライベート 詩乃		プライベート 詩乃	
30	17:00～17:50	17:00～17:50	17:00～17:50		17:00～17:50	
18:00		セミプライベート 松元	セミプライベート 詩乃		セミプライベート 詩乃	
30		18:00～18:45	18:00～18:45		18:00～18:45	
19:00		セミプライベート 松元	プライベート 詩乃		プライベート 詩乃	
30		19:00～19:45	19:00～19:50		19:00～19:50	
20:00						
30						
21:00						
30						

※10:05～の枠は開店からレッスン開始までのお時間が5分間となっている為、事前にお着替えをお済ませの上ご来店ください。