

セサミマシンピラティススタジオ週間スケジュール表

2026.3.1～3.31

	火	水	木	金	土	日
10:00 30	グループ 佳奈 10:00～10:45			グループ あい 10:00～10:45	※グループ みらい 10:00～10:45	グループ あい 10:00～10:45
11:00 30	プライベート 佳奈 11:00～11:50		※グループ みらい 11:00～11:45	プライベート あい 11:00～11:50	※プライベート みらい 11:00～11:50	プライベート あい 11:00～11:50
12:00 30	プライベート 佳奈 12:00～12:50	グループ 佳奈 12:00～12:50	※プライベート みらい 12:00～12:50	グループ あい 12:00～12:45	※グループ みらい 12:00～12:45	グループ あい 12:00～12:45
13:00 30	グループ 佳奈 13:00～13:45		※グループ みらい 13:00～13:45	プライベート あい 13:00～13:50		プライベート あい 13:00～13:50
14:00 30	プライベート 佳奈 14:00～14:50	プライベート 佳奈 14:00～14:50			グループ KAZUE 14:00～14:45	
15:00 30	プライベート 佳奈 15:00～15:50	グループ 佳奈 15:00～15:45			プライベート KAZUE 15:00～15:50	グループ KAZUE 15:00～15:45
16:00 30		プライベート 佳奈 16:00～16:50				
17:00 30		グループ 佳奈 17:00～17:45				プライベート KAZUE 17:00～17:50
18:00 30	グループ なごみ 18:00～18:45	グループ 佳奈 18:00～18:45				
19:00 30	プライベート なごみ 19:00～19:50	プライベート 佳奈 19:00～19:50				
20:00 30	グループ なごみ 20:00～20:45	プライベート 佳奈 20:00～20:50				
21:00 30						

※実施日(みらいIR) 木曜日:19日、26日 土曜日:7日、14日