Pilates Refine タイムスケジュール　2026年4月～

	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	土 SAT	日 SUN	
	Pilates Refine	Pilates Refine	Pilates Refine	Pilates Refine	Pilates Refine	Pilates Refine	
9:00							9:00
9:30							9:30
10:00						Rhythm Reformer 10:00～11:00 NORIKO	10:00
10:30				Rhythm Reformer 10:30～11:30 友田 綾			10:30
11:00					Rhythm Reformer 11:00～12:00 fujico		11:00
11:30							11:30
12:00						Rhythm Reformer 12:00～13:00 NORIKO	12:00
12:30		Rhythm Reformer 12:30～13:30 石河 知可子					12:30
13:00			Rhythm Reformer 13:00～14:00 石河 知可子				13:00
13:30							13:30
14:00	Rhythm Reformer 14:00～15:00 木村 美可				Rhythm Reformer 14:00～15:00 Kaori.Y		14:00
14:30							14:30
15:00		Rhythm Reformer 15:00～16:00 友田 綾		Rhythm Reformer 15:00～16:00 赤地 寿美			15:00
15:30							15:30
16:00							16:00
16:30							16:30
17:00							17:00
17:30							17:30
18:00	スタンダード 18:00～19:00 Comari						18:00
18:30							18:30
19:00			Rhythm Reformer 19:00～20:00 小林　恵里				19:00
19:30		Rhythm Reformer 19:15～20:15 NORIKO					19:30
20:00							20:00
20:30				Rhythm Reformer 20:15～21:15 河瀬 和美			20:30
21:00							21:00
21:30							21:30
22:00							22:00
22:30							22:30
23:00	ピラティススタジオ	ピラティススタジオ	ピラティススタジオ	ピラティススタジオ	ピラティススタジオ	ピラティススタジオ	23:00