

## 7月1日(月)～7月30日(火) リフォーマーピラティス体験可能スケジュール 体験枠定員6名

月	火	水	木	金	土	日
Pilates Studio 7月1日	Pilates Studio 7月2日	Pilates Studio 7月3日	Pilates Studio 7月4日	Pilates Studio 7月5日	Pilates Studio 7月6日	Pilates Studio 7月7日
stretchflow30 12:00～12:30 Akiko	stretchflow30 11:30～12:00 Yukari 20:15～21:00 Shoko		stretch flow30 14:05～14:35 Shoko 19:30～20:00 Saya	休館日	stretchflow30 11:45～12:15 Shiori	stretch flow30 13:15～13:45 Akiko
7月8日	7月9日	7月10日	7月11日	7月12日	7月13日	7月14日
stretchflow30 12:00～12:30 Akiko	stretchflow30 11:30～12:00 Yukari 20:15～21:00 Shoko		stretch flow30 14:05～14:35 Shoko 19:30～20:00 Saya		stretchflow30 11:45～12:15 Shiori	stretch flow30 13:15～13:45 Akiko
7月15日	7月16日	7月17日	7月18日	7月19日	7月20日	7月21日
休館日	stretchflow30 11:30～12:00 Yukari 20:15～21:00 Shoko		stretch flow30 14:05～14:35 Shoko 19:30～20:00 Saya		stretchflow30 11:45～12:15 Shiori	stretch flow30 13:15～13:45 Akiko
7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日	7月27日	7月28日
stretchflow30 12:00～12:30 Akiko	stretchflow30 11:30～12:00 Yukari 20:15～21:00 Shoko		休館日		stretchflow30 11:45～12:15 Shiori	stretch flow30 13:15～13:45 Akiko
7月29日	7月30日	7月31日				
stretchflow30 12:00～12:30 Akiko	stretchflow30 11:30～12:00 Yukari 20:15～21:00 Shoko	休館日				



ピラティスのクラスはグリップソックス（滑り止め靴下）  
の使用が必須になります。

※各クラスご体験は2名様までとなります。

※ご体験には事前のご予約が必要です。

※レッスンの空き状況によっては受講できない場合がございます。

### <当日の持ち物>

- ・体験料 1,100円（税込）
- ・公的身分証明書
- ・ウェア（無料レンタル致します。）
- ・グリップソックス（店頭で購入可能です）
- ・飲み物（水素水サーバーご利用いただけます）