

Studio Wohl «2020年9月» 週間スケジュール

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat						
9:30	Michiyo	Michiyo	Michiyo	Rie	Rie	Michiyo	Chikako	Wohl Instructor 第1/3/5	Chiharu 第2/4			
10:00												
10:30												
11:00	Michiyo	Michiyo	Michiyo	Rie	Rie	Michiyo	Chikako	Wohl Instructor 第1/3/5	Chiharu 第2/4			
11:30												
12:00												
12:30	Michiyo	ピラティス (Michiyo)	Michiyo	Rie	ピラティス (Rie)	Michiyo	ピラティス (Chikako第1/3/5 第2/4 Chiharu)					
13:00												
13:30												
14:00	Michiyo	Michiyo	ピラティス (Rie)	Rie	ピラティス (Michiyo)	Chikako	Wohl Instructor 第1/3/5	Chiharu 第2/4				
14:30												
15:00												
15:30	Michiyo	Michiyo	Rie	Rie	Michiyo	Chikako	Wohl Instructor 第1/3/5	Chiharu 第2/4				
16:00												
16:30												
17:00	\	Michiyo	Rie	Rie	Michiyo	Chikako	Wohl Instructor 第1/3/5	Chiharu 第2/4				
17:30												
18:00												
18:30	\	\	Rie	Rie	Chiharu	★9月のwohl instructor 第1土曜日 Rie 第3土曜日 Chiharu						
19:00												
19:30												
20:00	\	\	Rie	Rie	Chiharu							
20:30												

ご注意ください！ ジュニアインストラクターはマットのみのパーソナルトレーニングになる可能性があります！

太い線で囲まれているのがグルプレッスン。インストラクター名のみ部分がパーソナルトレーニングです。またレッスン消化ポイントは下記の通りです！

インストラクター毎に異なるためご注意ください。●Personal● Michiyo,Rie,Chikako→6pt、Chiharu→4pt ●少人数制グループ● Michiyo,Rie,Chikako→3pt、Chiharu→2pt