

studio TAKT EIGHT グループレッスンスケジュール (5月)

2021/4/25 更新

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
7:00-8:15							
10:00-11:15			ヨガシナジー Naoto	ピラティス (FRP) 初級 Megumi	ピラティス (FRP) 初級 Megumi	不定期クラス ピラティス (ヨガFRP) 初級 Kasumi <b>10:00-11:15 8.15日</b>	不定期クラス はじめてのルイエ Megumi <b>10:00-11:30 16日</b>
12:00-13:15			ピラティス (FRP) 中級 Naoto <b>***</b>		ママピラティス Kimiko 12:00-13:00		
14:00-15:15		ピラティス (FRP) 初級 Megumi <b>13:30-15:00 4.18日</b>	エポリューションオーキング Coco	ヨガシナジー Kota	<b>NEW!</b> マタニティピラティス Kimiko 13:30-14:30		
16:00-17:15			ヨガフロー (3A's) Coco	ピラティス (FRP) 中級 Kasumi <b>***</b>	ハヨガ 初級 Madoka	不定期クラス ピラティス (FRP) 初級 Megumi 8.15日	
18:00-19:15			ハヨガ 初級 Sumie	ハヨガ 初級 Kasumi		不定期クラス ピラティス (FRP) 初級 Megumi 1日	
19:00-20:15						<b>***</b> 中級以上のクラスとなります。	

※スケジュールはやむを得ず変更する場合がございます。最新情報はHPにてご確認ください。

※グループレッスンは予約制となります。定員は12名

※スタジオは15分前より受付開始、10分前よりドアオープンとなります。

※ママクラス、マタニティクラス(スケジュール枠 グレー部分となります)

※ママクラス、マタニティクラスのレッスンは60分となります。

※ペーサイン5月11日 (火) 10:00-11:00

【不定期クラス】

4(火) 13:30-15:00 ピラティス (FRP)初級 Megumi  
 18(火) 13:30-15:00 ピラティス (FRP)初級 Megumi  
 8(土) 10:00-11:15 ピラティス ヨガFRP Kasumi  
 15(土) 10:00-11:15 ピラティス ヨガFRP Kasumi  
 1(土) 18:00-19:15 ピラティス (FRP)初級 Megumi  
 8(土) 16:00-17:15 ピラティス (FRP)初級 Megumi  
 15(土) 16:00-17:15 ピラティス (FRP)初級 Megumi  
 16(日) 10:00-11:30 はじめてのルイエ Megumi

【休 講】

【お持ち物】 室内シューズ エポリューションオーキング


 八王子のヨガ・ピラティス・ウォーキングスタジオ  
**TAKT EIGHT**  
 〒192-0082  
 東京都八王子市幸町3-9 鈴木ビル地下1階  
 TEL&FAX : 042-649-1545  
 E-mail : info@takt8.jp  
 web : http://www.takt8.com