



LESSON Schedule (2022年1月)

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday	
9:00	9:00~14:00 Midori						9:00~18:00 Manami (10:30~) & Junya	
9:30								
10:00								
10:30					10:30~11:30 (1・3・5週)	10:30~11:30 (2・4週)		
11:00								11:00~12:00 ボディメイク Sachi
11:30								
12:00								
12:30								
13:00				10:15~16:30 Manami	10:15~16:30 Manami			
13:30								
14:00		10:15~20:30 Manami (~16:00) & Junya (16:30~ 応相談)						
14:30								
15:00								
15:30								
16:00					10:00~20:30 Sora	12:20~19:00 Sachi or Junya		
16:30								
17:00								
17:30								
18:00								
18:30								
19:00								
19:30								
20:00								
20:30								
21:00								
21:30								
22:00								

12月28日~1月3日は、
年末年始のお休みをいただきます。

キッズ可

キッズ可

★オンラインプライベート★

日時：平日10~17時
土・日応相談
(30分or60分)
担当：Manami

★ご注意★

ご予約の変更やキャンセルは、前日の21時迄にご連絡ください。それ以降のキャンセルは、チケット1回消化となります。
レッスン当日は、回数チケットを忘れずにご持参ください。

- ...プライベートレッスン
 - ...グループレッスン
 - ...onlineグループレッスン
- ※onlineプライベートはお問合せ下さい

Amour healthcare pilates studio ピラティススタジオ アムール

- 御影スタジオ
神戸市東灘区御影中町1-17-11 中島西ビル3階
- 大阪スタジオ
大阪市西区内
※Manami担当のプライベートレッスンのみ。住所は予約確定後にお知らせします。

☎ 090-5736-7588 (担当: 福屋) ※留守電対応
✉ pilates.amour@gmail.com

