

2026年 3月 Lesson Schedule

月	火	水	木	金	土	日
						1 10:00 スタジオ使用
2	3	4	5	6	7	8
12:00 呼吸法 18:30 ピラティス 山本卓	10:30 ドゥワイオン Michiko 12:00 ポワント入門 19:00 シュジェ Michiko コリフェA 20:30 プライベート	15:45 エヴェイユ Ayano 16:45 カドリーユ Ayano 18:00 コリフェA Michiko コリフェB 19:30 ドゥワイオン Michiko 21:00 ポワント入門	17:30 コリフェB Michiko 19:00 シュジェ Michiko コリフェA 20:30 プライベート	10:30 ドゥワイオン Michiko 18:00 カドリーユ Michiko コリフェB 19:30 プライベート	10:00 エヴェイユ Ayano 11:00 ドゥワイオン Ayano シュジェ コリフェA 12:30 プライベート Ayano 13:30 カドリーユ Michiko 13:30 コリフェB	10:00 棒術
9	10	11	12	13	14	15
11:00 呼吸法	10:30 ドゥワイオン Michiko 12:00 ポワント入門 19:00 シュジェ Michiko コリフェA 20:30 プライベート	13:30 スタジオ使用 15:45 エヴェイユ Ayano 16:45 カドリーユ Ayano 18:00 コリフェA Michiko コリフェB 19:30 ドゥワイオン Michiko 21:00 ポワント入門	17:30 コリフェB Michiko 19:00 シュジェ Michiko コリフェA 20:30 プライベート	10:30 ドゥワイオン Michiko 18:00 カドリーユ Michiko コリフェB 19:30 プライベート	10:00 エヴェイユ Ayano 11:00 ドゥワイオン Ayano シュジェ コリフェA 12:30 プライベート Chikako 13:30 カドリーユ Michiko 13:30 コリフェB 15:00 SP AB Chikako	10:00 棒術
16	17	18	19	20	21	22
11:00 呼吸法 18:00 特別クラス Nakao	10:30 ドゥワイオン Michiko 12:00 ポワント入門 19:00 シュジェ Michiko コリフェA 20:30 プライベート	15:45 エヴェイユ Ayano 16:45 カドリーユ Ayano 18:00 コリフェA Michiko コリフェB 19:30 ドゥワイオン Michiko 21:00 ポワント入門	17:30 コリフェB Michiko 19:00 シュジェ Michiko コリフェA 20:30 プライベート	休講	10:00 エヴェイユ Ayano 11:00 ドゥワイオン Ayano シュジェ コリフェA 12:30 プライベート 自習 13:30 カドリーユ Michiko 13:30 コリフェB 15:00 SP AB Kanako	
23	24	25	26	27	28	29
11:00 呼吸法	10:30 ドゥワイオン Michiko 12:00 ポワント入門 19:00 シュジェ Michiko コリフェA 20:30 プライベート	15:45 エヴェイユ Ayano 16:45 カドリーユ Ayano 18:00 コリフェA Michiko コリフェB 19:30 ドゥワイオン Michiko 21:00 ポワント入門	17:30 コリフェB Michiko 19:00 シュジェ Michiko コリフェA 20:30 プライベート	10:30 ドゥワイオン Michiko 18:00 カドリーユ Michiko コリフェB 19:30 プライベート	10:00 エヴェイユ Ayano 11:00 ドゥワイオン Ayano シュジェ コリフェA 12:30 プライベート Chikako 13:30 カドリーユ Michiko 13:30 コリフェB 15:00 SP AB Chikako	
30	31					
11:00 呼吸法	休講					

※変更がある場合は随時お知らせします。