BDC BEAUTILITY & WELLNESS PILATES

銀座　プライベートレッスンスケジュール
<12月 DECEMBER 2026>

		プライベート1	プライベート2	プライベート3
月曜日	15:00-16:00	水石		
	18:00-19:00	水石		
	19:00-20:00	水石		
火曜日	12:00-13:00	細田		
	17:00-18:00	細田		
水曜日	12:00-13:00	橋本		
	13:00-14:00	太田		
	15:00-16:00	上野		
	16:00-17:00	上野		
木曜日	12:00-13:00	アマンダ※12/3,17		
	17:00-18:00	アマンダ		
金曜日	13:00-14:00	野村		
	14:00-15:00	アマンダ		
	16:00-17:00	米井		
土曜日	10:00-11-00	加藤(里)		
	12:00-13:00	アマンダ		
	14:00-15:00	加藤(里)		
	15:00-16:00	アマンダ		
日曜日	10:00-11:00	細田		
	11:00-12:00	アマンダ		
	14:00-15:00	水石		
	15:00-16:00	細田		
	16:00-17:00	アマンダ		
	17:00-18:00	水石		

ご希望の時間帯にレッスンの開講がない場合でもレッスンを承ることができる場合がございます。
ご希望の際はスタッフ、または下記の問い合わせ窓口までお気軽にご相談ください。

BDC PILATES 銀座 （銀座駅 C8出口 30秒）　Email: ginza@bdcpilates.com
中央区銀座4-2-1 銀座教会堂ビル7F　Tel: 03-6228-7951（平日10-20時・土日10-17時）