

葛西店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月15日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 Back&Arm yumeno	10:30~11:30 Basic Kanae.T	close	10:30~11:30 Waist Kanae.T	10:30~11:30 Hip&Leg akane.t		10:30~11:30 Pilates Barre Misa.K	10:30~11:30 Release&Strength akane.t	
12:00~13:00 Basic JUKA.W	12:00~13:00 Release&Strength akane.t		12:30~13:30 Basic JUKA.W	12:30~13:30 Jump to Burn yumeno		12:30~13:30 Back&Arm Misa.K	12:00~13:00 Waist Kanae.T	
13:30~14:30 Jump to Burn yumeno	13:30~14:30 Basic JUKA.W						13:30~14:30 Basic JUKA.W	
15:00~16:00 Pilates Barre Misa.K	15:00~16:00 Waist Kanae.T						15:00~16:00 Hip&Leg akane.t	
17:30~18:30 Hip&Leg akane.t							17:30~18:30 Basic JUKA.W	
				18:00~19:00 Release&Strength akane.t	18:00~19:00 Basic Kanae.T	18:00~19:00 Back&Arm Misa.K	18:00~19:00 Basic JUKA.W	
				19:30~20:30 Basic Kanae.T	19:30~20:30 Waist Kanae.T	19:30~20:30 Basic JUKA.W	19:30~20:30 Hip&Leg akane.t	
				21:00~22:00 Hip&Leg akane.t	21:00~22:00 Basic JUKA.W	21:00~22:00 Pilates Barre Misa.K	21:00~22:00 Basic JUKA.W	

葛西店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30 Pilates Barre Misa.K	close	10:30~11:30 Basic JUKA.W	10:30~11:30 Waist Kanae.T		10:30~11:30 Basic JUKA.W	10:30~11:30 Basic JUKA.W	10:30~11:30 Hip&Leg akane.t
12:00~13:00 Jump to Burn yumeno		12:30~13:30 Body Balance yumeno	12:30~13:30 Basic JUKA.W		12:30~13:30 Release&Strength akane.t	12:00~13:00 Hip&Leg akane.t	12:00~13:00 Basic Kanae.T
13:30~14:30 Back&Arm Misa.K						13:30~14:30 Waist Kanae.T	13:30~14:30 Release&Strength akane.t
15:00~16:00 Stretch & Conditioning yumeno						15:00~16:00 Basic JUKA.W	15:00~16:00 Waist Kanae.T
						17:30~18:30 Stretch & Conditioning akane.t	
			18:00~19:00 Basic Kanae.T	18:00~19:00 Hip&Leg akane.t	18:00~19:00 Basic JUKA.W	18:00~19:00 Waist Kanae.T	
			19:30~20:30 Hip&Leg akane.t	19:30~20:30 Basic akane.t	19:30~20:30 Jump to Burn yumeno	19:30~20:30 Back&Arm Misa.K	
			21:00~22:00 Waist Kanae.T	21:00~22:00 Jump to Burn Misa.K	21:00~22:00 Back&Arm yumeno	21:00~22:00 Pilates Barre Misa.K	

・体験可能レッスン

・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が4回に制限されます。

葛西店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月15日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30~11:30 Release&Strength akane.t	10:30~11:30 Basic JUKA.W		10:30~11:30 Jump to Burn Misa.K	10:30~11:30 Waist Kanae.T	10:30~11:30 Basic Kanae.T	
	12:30~13:30 Basic JUKA.W	12:30~13:30 Pilates Barre Misa.K		12:30~13:30 Back&Arm JUKA.W	12:00~13:00 Basic JUKA.W	12:00~13:00 Hip&Leg akane.t	
					13:30~14:30 Hip&Leg akane.t	13:30~14:30 Waist Kanae.T	
					15:00~16:00 Basic Kanae.T	15:00~16:00 Release&Strength akane.t	
					17:30~18:30 Back&Arm JUKA.W		
	18:00~19:00 Back&Arm Misa.K	18:00~19:00 Waist akane.t	18:00~19:00 Jump to Burn yumeno	18:00~19:00 Basic Kanae.T			
	19:30~20:30 Body Balance Misa.K	19:30~20:30 Release&Strength akane.t	19:30~20:30 Basic JUKA.W	19:30~20:30 Pilates Barre Misa.K			
	21:00~22:00 Hip&Leg akane.t	21:00~22:00 Basic JUKA.W	21:00~22:00 Waist yumeno	21:00~22:00 Basic JUKA.W			

葛西店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30~11:30 Waist Kanae.T	10:30~11:30 Body Balance Misa.K		10:30~11:30 Basic JUKA.W
12:30~13:30 Hip&Leg akane.t	12:30~13:30 Back&Arm JUKA.W		12:30~13:30 Waist Kanae.T
18:00~19:00 Basic JUKA.W	18:00~19:00 Hip&Leg akane.t	18:00~19:00 Back&Arm yumeno	18:00~19:00 Release&Strength akane.t
19:30~20:30 Stretch & Conditioning akane.t	19:30~20:30 Pilates Barre Misa.K	19:30~20:30 Basic akane.t	19:30~20:30 Back&Arm Misa.K
21:00~22:00 Back&Arm JUKA.W	21:00~22:00 Basic akane.t	21:00~22:00 Jump to Burn yumeno	21:00~22:00 Body Balance Misa.K

：体験可能レッスン  
 今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！  
 STUDIO INFO  
 ☎専用ダイヤル：0570-050-055  
 受付時間：9:00-18:00  
 ※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）