

八王子店【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 Waist Mayu.K	10:30~11:30 Pilates Cardio arisa	close	10:30~11:30 Hip&Leg mizuki.H	10:30~11:30 Basic mizuki.H		10:30~11:30 Pilates Workout arisa	10:30~11:30 Basic Mayu.K
12:00~13:00 Jump to Burn yuki.H	12:00~13:00 Style up pilates Mika.N		12:30~13:30 Basic Mayu.K	12:30~13:30 Back&Arm yuki.H		12:30~13:30 Waist Mayu.K	12:00~13:00 Power up Control arisa
13:30~14:30 Basic mizuki.H	13:30~14:30 Back&Spine arisa						13:30~14:30 Style up pilates Mika.N
15:00~16:00 Stretch & Conditioning yuki.H	15:00~16:00 Basic yuki.H						15:00~16:00 Back&Arm Mayu.K
17:30~18:30 Hip&Leg mizuki.H			17:30~18:30 Back&Arm Mayu.K	17:30~18:30 Basic Mayu.K	17:30~18:30 Waist mizuki.H	17:30~18:30 Hip&Leg mizuki.H	17:30~18:30 Shape up Waist yuki.H
			19:00~20:00 Basic yuki.H	19:00~20:00 Jump to Burn yuki.H	19:00~20:00 Stretch & Conditioning yuki.H	19:00~20:00 Pilates Barre arisa	
			20:30~21:30 Shape up Waist yuki.H	20:30~21:30 Waist Mayu.K	20:30~21:30 Hip&Leg mizuki.H	20:30~21:30 Basic mizuki.H	

八王子店【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 Jump to Burn mizuki.H	close	10:30~11:30 Waist Mayu.K	10:30~11:30 Hip&Leg mizuki.H		10:30~11:30 Jump to Burn mizuki.H	10:30~11:30 Pilates Barre arisa	10:30~11:30 Basic mizuki.H	
12:00~13:00 Hip&Leg Mayu.K		12:00~13:00 Release&Strength Ayumi.S	12:30~13:30 Basic Mayu.K		12:30~13:30 Body Balance Maari	12:00~13:00 Basic mizuki.H	12:00~13:00 Shape up Waist yuki.H	
13:30~14:30 Basic mizuki.H		13:30~14:30 Shape up Waist yuki.H				13:30~14:30 Back&Arm yuki.H	13:30~14:30 Hip&Leg mizuki.H	
15:00~16:00 Waist Mayu.K		15:00~16:00 Basic mizuki.H				15:00~16:00 Pilates Workout arisa	15:00~16:00 Stretch & Conditioning yuki.H	
			17:30~18:30 Hip&Leg Mayu.K	17:30~18:30 Advance arisa	17:30~18:30 Hip&Leg Mayu.K	17:30~18:30 Basic yuki.H	17:30~18:30 Waist mizuki.H	
				19:00~20:00 Back&Arm yuki.H	19:00~20:00 Basic yuki.H	19:00~20:00 Back&Arm Mayu.K		
				20:30~21:30 Pilates Cardio arisa	20:30~21:30 Back&Arm Mayu.K	20:30~21:30 Shape up Waist yuki.H		

：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1回に制限されます。

八王子店【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 Power up Control arisa	10:30～11:30 Back&Arm Mayu.K	close	10:30～11:30 Advance arisa	10:30～11:30 Pilates Barre arisa	10:30～11:30 Pilates Cardio arisa	10:30～11:30 Back&Arm arisa	
	12:30～13:30 Style up pilates Mika.N	12:30～13:30 Jump to Burn yuki.H		12:30～13:30 Basic mizuki.H	12:00～13:00 Waist mizuki.H	12:00～13:00 Basic mizuki.H	12:30～13:30 Pilates Workout arisa	
					13:30～14:30 Basic Mayu.K	13:30～14:30 Body Balance arisa		
						15:00～16:00 Power up Control arisa	15:00～16:00 Jump to Burn mizuki.H	
	17:30～18:30 Waist Mayu.K	17:30～18:30 Release&Strength arisa			17:30～18:30 Hip&Leg yuki.H	17:30～18:30 Back&Arm Mayu.K		17:30～18:30 Hip&Leg Mayu.K
	19:00～20:00 Basic mizuki.H	19:00～20:00 Hip&Leg Mayu.K			19:00～20:00 Pilates Cardio arisa			19:00～20:00 Basic arisa
20:30～21:30 Hip&Leg Mayu.K	20:30～21:30 Pilates Workout arisa		20:30～21:30 Shape up Waist yuki.H			20:30～21:30 Waist Mayu.K		

八王子店【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 Hip&Leg Mayu.K	10:30～11:30 Basic Mayu.K		10:30～11:30 Basic mizuki.H
12:30～13:30 Back&Spine mizuki.H	12:30～13:30 Hip&Leg mizuki.H		12:30～13:30 Release&Strength arisa
17:30～18:30 Basic mizuki.H	17:30～18:30 Advance arisa	17:30～18:30 Back&Arm Mayu.K	17:30～18:30 Style up pilates Mika.N
19:00～20:00 Back&Arm Mayu.K	19:00～20:00 Back&Spine mizuki.H	19:00～20:00 Pilates Cardio arisa	19:00～20:00 Waist mizuki.H
20:30～21:30 Jump to Burn mizuki.H	20:30～21:30 Release&Strength arisa	20:30～21:30 Basic Mayu.K	20:30～21:30 Body Balance arisa

：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）