

京都四条烏丸店【12月1日～12月31日スケジュール】

2024年12月●日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30 Waist Ayu		10:30~11:30 Hip&Leg Kanao.Y	10:30~11:30 Shape up Waist Ayu		10:30~11:30 Style up pilates Ayu	10:30~11:30 Release&Strength Manami.H	10:30~11:30 Basic Kanao.Y
12:00~13:00 Basic Manami.H		12:30~13:30 Jump to Burn Ayu	12:30~13:30 Basic rina		12:30~13:30 Waist Ayu	12:00~13:00 Basic Kanao.Y	12:00~13:00 Back&Arm rina
13:30~14:30 Pilates Barre Ayu						13:30~14:30 Back&Arm Manami.H	13:30~14:30 Hip&Leg Kanao.Y
15:00~16:00 Back&Arm Manami.H						15:00~16:00 Basic Kanao.Y	15:00~16:00 Jump to Burn rina
		18:00~19:00 Basic Manami.H	18:00~19:00 Hip&Leg Kanao.Y	18:00~19:00 Pilates Barre Ayu	18:00~19:00 Stretch & Conditioning rina	17:30~18:30 Jump to Burn rina	
		19:30~20:30 Body Balance rina	19:30~20:30 Style up pilates Ayu	19:30~20:30 Hip&Leg Kanao.Y	19:30~20:30 Back&Arm Manami.H		
		21:00~22:00 Back&Arm Manami.H	21:00~22:00 Basic Manami.H	21:00~22:00 Waist Ayu	21:00~22:00 Basic Manami.H		

〇〇店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30~11:30 Jump to Burn rina	10:30~11:30 Hip&Leg Kanao.Y		10:30~11:30 rina	10:30~11:30 Basic Kanao.Y	10:30~11:30 Back&Arm Manami.H	
	12:30~13:30 Basic Kanao.Y	12:30~13:30 Body Balance rina		12:30~13:30 Basic Kanao.Y	12:00~13:00 Back&Arm Manami.H	12:00~13:00 Basic Kanao.Y	
					13:30~14:30 Hip&Leg Kanao.Y	13:30~14:30 Release&Strength Manami.H	
					15:00~16:00 Pilates Barre Ayu	15:00~16:00 Hip&Leg Kanao.Y	
	18:00~19:00 Style up pilates Ayu	18:00~19:00 Basic Manami.H	18:00~19:00 Jump to Burn Ayu	18:00~19:00 Back&Arm Manami.H	17:30~18:30 Shape up Waist Ayu		
	19:30~20:30 Hip&Leg Kanao.Y	19:30~20:30 Waist sp Xmas Ayu	19:30~20:30 Back&Arm Manami.H	19:30~20:30 Basic Kanao.Y			
	21:00~22:00 Pilates Barre Ayu	21:00~22:00 Back&Arm Manami.H	21:00~22:00 Style up pilates Ayu	21:00~22:00 Hip&Leg Manami.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時間前を切ったの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。

〇〇店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年12月●日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 Body Balance rina	10:30~11:30 Back&Arm Manami.H		10:30~11:30 Basic Kanao.Y	10:30~11:30 Stretch & Conditioning rina	10:30~11:30 Basic Kanao.Y		10:30~11:30 Jump to Burn rina
12:30~13:30 Hip&Leg Kanao.Y	12:30~13:30 Basic Manami.H		12:30~13:30 Pilates Barre Ayu	12:00~13:00 Back&Arm Manami.H	12:00~13:00 Shape up Waist Ayu		12:30~13:30 Basic Manami.H
				13:30~14:30 Hip&Leg Kanao.Y	13:30~14:30 Back&Arm Manami.H		
				15:00~16:00 Waist sp Xmas Manami.H	15:00~16:00 Style up pilates Ayu		
18:00~19:00 Basic Manami.H	18:00~19:00 Hip&Leg Kanao.Y	18:00~19:00 Jump to Burn rina	18:00~19:00 Back&Arm Manami.H	17:30~18:30 Basic Kanao.Y			18:00~19:00 Waist sp Xmas Ayu
19:30~20:30 Back&Arm rina	19:30~20:30 Jump to Burn rina	19:30~20:30 Basic Kanao.Y	19:30~20:30 Shape up Waist Ayu				19:30~20:30 Hip&Leg Kanao.Y
21:00~22:00 Hip&Leg Manami.H	21:00~22:00 Basic Kanao.Y	21:00~22:00 Body Balance rina	21:00~22:00 Release&Strength Manami.H				21:00~22:00 Style up pilates Ayu

〇〇店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 Basic rina		10:30~11:30 Hip&Leg Kanao.Y	10:30~11:30 Pilates Barre Ayu	10:30~11:30 Release&Strength Manami.H		
12:30~13:30 Waist sp Xmas Manami.H		12:30~13:30 Basic Kanao.Y	12:00~13:00 Body Balance rina	12:00~13:00 Style up pilates Ayu		
			13:30~14:30 Basic Kanao.Y	13:30~14:30 Waist Manami.H		
			15:00~16:00 Waist Ayu	15:00~16:00 Jump to Burn rina		
					close	close
18:00~19:00 Pilates Barre Ayu	18:00~19:00 Back&Arm Manami.H	18:00~19:00 Waist Manami.H	17:30~18:30 Hip&Leg Kanao.Y			
19:30~20:30 Hip&Leg Kanao.Y	19:30~20:30 Stretch & Conditioning rina	19:30~20:30 Jump to Burn rina				
21:00~22:00 Shape up Waist Ayu	21:00~22:00 Basic Manami.H	21:00~22:00 Back&Arm Manami.H				

：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）