

春日店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月15日更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
水	木	金	土	日	月	火	水
年末年始休業	年末年始休業	10:30～11:30 Waist Kalia	10:30～11:30 Basic mai.K	close	close	10:30～11:30 Back&Arm ririka	10:30～11:30 Body Balance Kurumi
		12:30～13:30 Basic karin.N	12:30～13:30 Pilates Barre Kurumi			12:30～13:30 Shape up Waist ririka	12:30～13:30 Back&Arm Jun
		14:30～15:30 Stretch & Conditioning Kalia	14:30～15:30 Back&Arm Jun				
		17:00～18:00 Body Balance mai.K	17:00～18:00 Waist mai.K				
						18:00～19:00 Hip&Leg Kurumi	18:00～19:00 Basic karin.N
						19:30～20:30 Stretch & Conditioning Uka	19:30～20:30 Pilates Barre Kurumi
						21:00～22:00 Basic Kurumi	21:00～22:00 Waist karin.N

春日店【1月9日～1月16日スケジュール】

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
	10:30～11:30 Hip&Leg Kalia	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Kurumi	close	close	10:30～11:30 Waist mai.K	10:30～11:30 Hip&Leg Kurumi			
	12:30～13:30 Basic Uka	12:30～13:30 Hip&Leg karin.N			12:30～13:30 Basic Kurumi	12:30～13:30 Pilates Barre Kurumi			
		14:30～15:30 Body Balance Kurumi							
		17:00～18:00 Basic karin.N							
18:00～19:00 Shape up Waist Kalia	18:00～19:00 Hip&Leg Kurumi						18:00～19:00 Back&Arm 未定	18:00～19:00 Waist Kalia	18:00～19:00 Basic karin.N
19:30～20:30 Hip&Leg Kurumi	19:30～20:30 Basic Kalia						19:30～20:30 Body Balance Kalia	19:30～20:30 Basic Uka	19:30～20:30 Shape up Waist Kalia
21:00～22:00 Stretch & Conditioning Kalia	21:00～22:00 Pilates Barre Kurumi						21:00～22:00 Stretch & Conditioning Kurumi	21:00～22:00 Back&Arm Kalia	21:00～22:00 Hip&Leg Karin.M

・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。

春日店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月15日更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30～11:30 Stretch & Conditioning Kalia	10:30～11:30 Body Balance Kalia	close	close	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Pilates Barre Kurumi		10:30～11:30 Hip&Leg Karin.M	
12:30～13:30 Waist karin.N	12:30～13:30 Basic karin.N			12:30～13:30 Hip&Leg karin.N	12:30～13:30 Waist karin.N		12:30～13:30 Body Balance Kalia	
	14:30～15:30 Back&Arm Kalia							
	17:00～18:00 Hip&Leg Karin.M							
18:00～19:00 Pilates Barre Kurumi					18:00～19:00 Hip&Leg Karin.M	18:00～19:00 Back&Arm Kalia	18:00～19:00 Waist Karin.M	18:00～19:00 Basic karin.N
19:30～20:30 Hip&Leg Karin.M					19:30～20:30 Basic 未定	19:30～20:30 Shape up Waist Kalia	19:30～20:30 Basic Karin.M	19:30～20:30 Stretch & Conditioning Kurumi
21:00～22:00 Basic Karin.M					21:00～22:00 Waist Karin.M	21:00～22:00 Basic Karin.M	21:00～22:00 Hip&Leg karin.N	21:00～22:00 Pilates Barre Kurumi

春日店【1月25日～1月31日スケジュール】

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31		
土	日	月	火	水	木	金		
10:30～11:30 Shape up Waist Kalia	close	close	10:30～11:30 Back&Arm Kalia	10:30～11:30 Basic Karin.M		10:30～11:30 Basic karin.N		
12:30～13:30 Back&Arm Kalia			12:30～13:30 Basic Karin.M	12:30～13:30 Shape up Waist Kalia		12:30～13:30 Waist Karin.M		
14:30～15:30 Basic karin.N								
17:00～18:00 Waist karin.M								
					18:00～19:00 Waist karin.N	18:00～19:00 Stretch & Conditioning Kurumi	18:00～19:00 Basic Karin.M	18:00～19:00 Body Balance Kurumi
					19:30～20:30 Hip&Leg Karin.M	19:30～20:30 Waist karin.N	19:30～20:30 Hip&Leg karin.N	19:30～20:30 Back&Arm Kalia
					21:00～22:00 Basic karin.N	21:00～22:00 Body Balance Kurumi	21:00～22:00 Waist Karin.M	21:00～22:00 Pilates Barre Kurumi

：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）