

上大岡店【1月1日～1月8日スケジュール】

2025年1月11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 Basic Hana.S	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Hana.S	10:30~11:30 Hip Punch Nanami.N	close	10:30~11:30 Back&Arm yume.N	10:30~11:30 Style up pilates yume.N
		12:00~13:00 Body Balance Nanami.N	12:00~13:00 Jump to Burn yume.N	12:00~13:00 Waist Yuuna		12:30~13:30 Shape up Waist Nanami.N	12:30~13:30 Hip&Leg Hana.S
		13:30~14:30 Hip&Leg Nanami.N	13:30~14:30 Back&Arm Yuuna	13:30~14:30 Basic yume.N			
		15:00~16:00 Waist Hana.S	15:00~16:00 Style up pilates yume.N	15:00~16:00 Pilates Barre Yuuna			
		17:30~18:30 Pilates Workout Nanami.N	17:30~18:30 Hip&Leg Yuuna				
					18:00~19:00 Basic Hana.S	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Hana.S	
					19:30~20:30 Hip&Leg Nanami.N	19:30~20:30 Body Balance Yuuna	
					21:00~22:00 Waist Hana.S	21:00~22:00 Hip&Leg 未定	

上大岡店【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 Stretch & Conditioning Hana.S	10:30~11:30 Hip&Leg 未定	10:30~11:30 Back&Arm Yuuna	close	10:30~11:30 Waist Hana.S	10:30~11:30 Hip&Leg 未定		
	12:30~13:30 Pilates Workout Nanami.N	12:00~13:00 Pilates Barre Yuuna	12:00~13:00 Waist Hana.S		12:30~13:30 Pilates Cardio Yuuna	12:30~13:30 Stretch & Conditioning Hana.S		
		13:30~14:30 Basic yume.N	13:30~14:30 Hip&Leg 未定					
		15:00~16:00 Waist Hana.S	15:00~16:00 Pilates Cardio Yuuna					
		17:30~18:30 Stretch & Conditioning Hana.S						
18:00~19:00 Waist Miki.N	18:00~19:00 Pilates Barre Yuuna					18:00~19:00 Hip&Leg yume.N	18:00~19:00 Body Balance Yuuna	18:00~19:00 Basic Hana.S
19:30~20:30 Jump to Burn yume.N	19:30~20:30 Back&Arm yume.N					19:30~20:30 Basic Chisaki.S	19:30~20:30 Back&Arm yume.N	19:30~20:30 Hip&Leg 未定
21:00~22:00 Basic Miki.N	21:00~22:00 Pilates Cardio Yuuna				21:00~22:00 Style up pilates yume.N	21:00~22:00 Pilates Barre Yuuna	21:00~22:00 Waist Hana.S	

- 👉: 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。

上大岡店【1月17日～1月24日スケジュール】

2025年1月11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 Back&Arm Yuuna	10:30～11:30 Pilates Cardio Yuuna	10:30～11:30 Shape up Waist Nanami.N	close	10:30～11:30 Hip&Leg 未定	10:30～11:30 Jump to Burn yume.N		10:30～11:30 Waist Yuuna
12:30～13:30 Hip Punch Nanami.N	12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Hip&Leg 未定		12:30～13:30 Waist Hana.S	12:30～13:30 Hip&Leg 未定		12:30～13:30 Basic Yuuna
	13:30～14:30 Stretch & Conditioning Hana.S	13:30～14:30 Basic 未定					
	15:00～16:00 Hip&Leg 未定	15:00～16:00 Style up pilates yume.N					
	17:30～18:30 Waist Hana.S						
18:00～19:00 Stretch & Conditioning Hana.S				18:00～19:00 Back&Arm yume.N	18:00～19:00 Basic 未定	18:00～19:00 Jump to Burn yume.N	18:00～19:00 Hip&Leg yume.N
19:30～20:30 Jump to Burn yume.N				19:30～20:30 Pilates Barre Yuuna	19:30～20:30 Pilates Cardio Yuuna	19:30～20:30 Waist Yuuna	19:30～20:30 Basic yume.N
21:00～22:00 Hip&Leg 未定				21:00～22:00 Basic 未定	21:00～22:00 Waist Hana.S	21:00～22:00 Back&Arm yume.N	21:00～22:00 Body Balance Nanami.N

上大岡店【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 Basic 未定	10:30～11:30 Body Balance Nanami.N	close	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Waist Yuuna		10:30～11:30 Basic 未定
12:00～13:00 Shape up Waist Nanami.N	12:00～13:00 Basic 未定		12:30～13:30 Hip&Leg Nanaho.K	12:30～13:30 Basic 未定		12:30～13:30 Jump to Burn yume.N
13:30～14:30 Hip&Leg Yuuna	13:30～14:30 Hip Punch Nanami.N					
15:00～16:00 Pilates Workout Nanami.N	15:00～16:00 Basic 未定					
17:30～18:30 Back&Arm yume.N						
			18:00～19:00 Hip&Leg Nanaho.K	18:00～19:00 Style up pilates yume.N	18:00～19:00 Basic 未定	18:00～19:00 Waist Yuuna
			19:30～20:30 Style up pilates yume.N	19:30～20:30 Basic 未定	19:30～20:30 Back&Arm Yuuna	19:30～20:30 Hip&Leg Nanaho.K
			21:00～22:00 Jump to Burn yume.N	21:00～22:00 Hip&Leg yume.N	21:00～22:00 Stretch & Conditioning Yuuna	21:00～22:00 Pilates Barre Yuuna

👉 : 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）