

店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年2月15日更新

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 Stretch & Conditioning Aoi.M	10:30~11:30 Waist Mayu.K	close	10:30~11:30 Basic mizuki.H	10:30~11:30 Power up Control arisa		10:30~11:30 Advance Hitomi	10:30~11:30 Basic 未定	
12:00~13:00 Basic Mayu.K	12:00~13:00 Pilates Barre Moeka.Y		12:30~13:30 Pilates Workout arisa	12:30~13:30 Basic mizuki.H		12:30~13:30 Basic 未定	12:00~13:00 Back&Arm Ayumi.S	
13:30~14:30 Pilates Cardio Moeka.Y	13:30~14:30 Basic Mayu.K						13:30~14:30 Power up Control arisa	
15:00~16:00 Shape up Waist Aoi.M	15:00~16:00 Back&Spine mizuki.H						15:00~16:00 Release&Strength Ayumi.S	
17:30~18:30 Hip&Leg Mayu.K			17:30~18:30 Back&Arm Mayu.K	17:30~18:30 Waist Moeka.Y	17:30~18:30 Basic mizuki.H	17:30~18:30 Basic mizuki.H	17:30~18:30 Waist Moeka.Y	17:30~18:30 Pilates Barre Moeka.Y
			19:00~20:00 Body Balance arisa	19:00~20:00 Back&Arm Mayu.K	19:00~20:00 Pilates Barre Moeka.Y	19:00~20:00 Pilates Barre Moeka.Y	19:00~20:00 Jump to Burn mizuki.H	
			20:30~21:30 Hip&Leg Mayu.K	20:30~21:30 Pilates Cardio Moeka.Y	20:30~21:30 Pilates Cardio Moeka.Y	20:30~21:30 Back&Spine mizuki.H	20:30~21:30 Basic 未定	

店【3月9日～3月16日スケジュール】

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 Jump to Burn mizuki.H	close	10:30~11:30 Hip&Leg cocoro.f	10:30~11:30 Body Balance arisa		10:30~11:30 Jump to Burn mizuki.H	10:30~11:30 Back&Spine arisa	10:30~11:30 Basic 未定	
12:00~13:00 Body Balance arisa		12:30~13:30 Pilates Cardio Moeka.Y	12:30~13:30 Hip&Leg cocoro.f		12:30~13:30 Back&Arm Moeka.Y	12:00~13:00 Hip&Leg mizuki.H	12:00~13:00 Release&Strength Ayumi.S	
13:30~14:30 Pilates Barre Moeka.Y						13:30~14:30 Body Balance arisa	13:30~14:30 Basic 未定	
15:00~16:00 Waist mizuki.H						15:00~16:00 Basic 未定	15:00~16:00 Back&Arm Ayumi.S	
			17:30~18:30 Waist cocoro.f	17:30~18:30 Basic Moeka.Y	17:30~18:30 Stretch & Conditioning Aoi.M	17:30~18:30 Power up Control arisa	17:30~18:30 Waist mizuki.H	
			19:00~20:00 Basic 未定	19:00~20:00 Back&Spine mizuki.H	19:00~20:00 Shape up Waist Aoi.M	19:00~20:00 Basic 未定		
			20:30~21:30 Pilates Barre Moeka.Y	20:30~21:30 Waist Moeka.Y	20:30~21:30 Basic 未定	20:30~21:30 Advance arisa		

- 👉: 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。

店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年2月15日更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30~11:30 Waist mizuki.H	10:30~11:30 Pilates Barre Moeka.Y	10:30~11:30 Back&Arm Ayumi.S	10:30~11:30 Pilates Cardio Moeka.Y	10:30~11:30 Hip&Leg Ayumi.S	10:30~11:30 Jump to Burn mizuki.H	close
	12:30~13:30 Basic 未定	12:30~13:30 Waist mizuki.H	12:00~13:00 Jump to Burn mizuki.H	12:30~13:30 Basic 未定	12:00~13:00 Waist Moeka.Y	12:00~13:00 Back&Arm Ayumi.S	
			13:30~14:30 Release&Strength Ayumi.S		13:30~14:30 Basic 未定	13:30~14:30 Pilates Barre Moeka.Y	
			15:00~16:00 Back&Spine mizuki.H		15:00~16:00 Back&Arm Ayumi.S	15:00~16:00 Hip&Leg Ayumi.S	
	17:30~18:30 Back&Arm Moeka.Y	17:30~18:30 Release&Strength Mika.N	17:30~18:30 Hip&Leg Ayumi.S	17:30~18:30 Back&Arm Ayumi.S	17:30~18:30 Jump to Burn mizuki.H		
	19:00~20:00 Pilates Cardio Moeka.Y	19:00~20:00 Basic 未定		19:00~20:00 Basic mizuki.H			
20:30~21:30 Basic 未定	20:30~21:30 Shape up Waist Mika.N		20:30~21:30 Hip&Leg Ayumi.S				

店【3月25日～3月28日スケジュール】

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30~11:30 Back&Arm Moeka.Y	10:30~11:30 Basic 未定		10:30~11:30 Back&Spine mizuki.H	10:30~11:30 Back&Arm Moeka.Y	10:30~11:30 Release&Strength Ayumi.S	close
12:30~13:30 Waist mizuki.H	12:30~13:30 Release&Strength Ayumi.S		12:30~13:30 Pilates Workout Riri	12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Back&Spine mizuki.H	
				13:30~14:30 Pilates Cardio Moeka.Y	13:30~14:30 Waist Moeka.Y	
				15:00~16:00 Basic 未定	15:00~16:00 Jump to Burn mizuki.H	
17:30~18:30 Hip&Leg mizuki.H	17:30~18:30 Waist Moeka.Y	17:30~18:30 Back&Spine mizuki.H	17:30~18:30 Basic 未定	17:30~18:30 Body Balance Riri		
19:00~20:00 Basic 未定	19:00~20:00 Pilates Cardio mizuki.H	19:00~20:00 Basic 未定	19:00~20:00 Hip&Leg Moeka.Y			
20:30~21:30 Shape up Waist Mika.N	20:30~21:30 Pilates Barre Moeka.Y	20:30~21:30 Hip&Leg mizuki.H	20:30~21:30 Back&Arm Moeka.Y			

👉: 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）