

天王寺 店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年2月23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
10:00~11:00 Power up Control Karin	10:30~11:30 Waist Suzu.k	close	10:00~11:00 Release&Strength yui	10:30~11:30 Basic Maho.T	10:00~11:00 Advance Aina	10:30~11:30 Pilates Workout yui	10:00~11:00 Basic Maho.T
11:30~12:30 Reset Flow Karin	12:00~13:00 Body Balance maki.U		11:30~12:30 Basic Maho.T	12:00~13:00 Reset Flow Karin	11:30~12:30 Back&Arm Aina	12:00~13:00 Waist Suzu.k	11:30~12:30 Advance yui
13:00~14:00 Hip&Leg maki.U	13:30~14:30 Basic Suzu.k		13:00~14:00 Hip&Leg yui	13:30~14:30 Pilates Cardio Karin	13:00~14:00 Basic Maho.T	13:30~14:30 Back&Arm yui	13:00~14:00 Jump to Burn Suzu.k
14:30~15:30 Pilates Cardio Karin	15:00~16:00 Animal Stretch Karin		14:30~15:30 Back&Spine yui		14:30~15:30 Pilates Barre maki.U		14:30~15:30 Waist Suzu.k
16:00~17:00 Hip Punch maki.U	16:30~17:30 Shape up Waist maki.U						16:00~17:00 Release&Strength yui
17:30~18:30 Pilates Barre maki.U	18:00~19:00 Back&Spine Karin						17:30~18:30 Hip&Leg Suzu.k
19:00~20:00 Basic Maho.T			18:00~19:00 Pilates Barre maki.U	18:00~19:00 Jump to Burn Suzu.k	18:00~19:00 Waist maki.U	18:00~19:00 Hip&Leg Suzu.k	19:00~20:00 Back&Arm yui
			19:30~20:30 Waist maki.U	19:30~20:30 Shape up Waist maki.U	19:30~20:30 Pilates Workout yui	19:30~20:30 Basic Maho.T	
			21:00~22:00 Basic Maho.T	21:00~22:00 Hip&Leg Suzu.k	21:00~22:00 Release&Strength yui	21:00~22:00 Jump to Burn Suzu.k	

天王寺店【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 Pilates Barre maki.U	close	10:00~11:00 Hip&Leg maki.U	10:30~11:30 Power up Control Karin	10:00~11:00 Back&Spine yui	10:30~11:30 Basic Maho.T	10:00~11:00 Hip Punch maki.U	10:30~11:30 Body Balance maki.U
12:00~13:00 Back&Arm Karin		11:30~12:30 Pilates Barre maki.U	12:00~13:00 Basic Maho.T	11:30~12:30 Body Balance Aina	12:00~13:00 Pilates Cardio Karin	11:30~12:30 Pilates Workout Karin	12:00~13:00 Hip&Leg Suzu.k
13:30~14:30 Waist Suzu.k		13:00~14:00 Basic Maho.T	13:30~14:30 Jump to Burn Karin	13:00~14:00 Shape up Waist yui	13:30~14:30 Animal Stretch Karin	13:00~14:00 Shape up Waist maki.U	13:30~14:30 Pilates Barre maki.U
15:00~16:00 Power up Control Karin		14:30~15:30 Release&Strength yui		14:30~15:30 Back&Arm Aina		14:30~15:30 Reset Flow Karin	15:00~16:00 Back&Spine Karin
16:30~17:30 Hip Punch maki.U						16:00~17:00 Waist maki.U	16:30~17:30 Pilates Cardio Karin
18:00~19:00 Reset Flow Karin						17:30~18:30 Basic Maho.T	18:00~19:00 Waist Suzu.k
		18:00~19:00 Back&Arm yun	18:00~19:00 Shape up Waist maki.U	18:00~19:00 Hip Punch maki.U	18:00~19:00 Basic Maho.T	19:00~20:00 Power up Control Karin	
		19:30~20:30 Body Balance maki.U	19:30~20:30 Hip&Leg Suzu.k	19:30~20:30 Jump to Burn Suzu.k	19:30~20:30 Advance yui		
		21:00~22:00 Power up Control yun	21:00~22:00 Pilates Barre maki.U	21:00~22:00 Basic Suzu.k	21:00~22:00 Stretch & Conditioning yui		

- 👉: 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。

天王寺 店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年2月23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	10:00～11:00 Animal Stretch Karin	10:30～11:30 Hip&Leg Suzu.k	10:00～11:00 Advance Aina	10:30～11:30 Jump to Burn Suzu.k	10:00～11:00 Hip&Leg Suzu.k	10:30～11:30 Waist Suzu.k	close
	11:30～12:30 Hip Punch Karin	12:00～13:00 Shape up Waist Karin	11:30～12:30 Hip&Leg maki.U	12:00～13:00 Back&Arm 未定	11:30～12:30 Pilates Cardio Karin	12:00～13:00 Pilates Workout yui	
	13:00～14:00 Back&Arm Sayaka.T	13:30～14:30 Back&Spine Karin	13:00～14:00 Waist Aina	13:30～14:30 Pilates Workout yui	13:00～14:00 Back&Arm 未定	13:30～14:30 Jump to Burn Suzu.k	
	14:30～15:30 Power up Control Karin		14:30～15:30 Pilates Workout Karin		14:30～15:30 Hip Punch maki.U	15:00～16:00 Stretch & Conditioning 未定	
			16:00～17:00 Shape up Waist maki.U		16:00～17:00 Animal Stretch Karin	16:30～17:30 Basic Maho.T	
			17:30～18:30 Back&Arm Karin		17:30～18:30 Stretch & Conditioning 未定	18:00～19:00 Advance yui	
	18:00～19:00 Basic Maho.T	18:00～19:00 Waist maki.U	19:00～20:00 Release&Strength Karin	18:00～19:00 Shape up Waist yui	19:00～20:00 Pilates Barre maki.U		
	19:30～20:30 Hip&Leg maki.U	19:30～20:30 Hip Punch maki.U		19:30～20:30 Basic Maho.T			
21:00～22:00 Body Balance maki.U	21:00～22:00 Basic Maho.T		21:00～22:00 Release&Strength yui				

天王寺 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
10:00～11:00 Waist Suzu.k	10:30～11:30 Basic Maho.T	10:00～11:00 Pilates Cardio 未定	10:30～11:30 Shape up Waist yui	10:00～11:00 Stretch & Conditioning 未定	10:30～11:30 Back&Arm Karin	close
11:30～12:30 Pilates Barre maki.U	12:00～13:00 Body Balance maki.U	11:30～12:30 Waist maki.U	12:00～13:00 Release&Strength yui	11:30～12:30 Hip Punch Karin	12:00～13:00 Basic Maho.T	
13:00～14:00 Jump to Burn Suzu.k	13:30～14:30 Hip&Leg maki.U	13:00～14:00 Back&Arm Aina	13:30～14:30 Basic Maho.T	13:00～14:00 Reset Flow Karin	13:30～14:30 Pilates Cardio 未定	
14:30～15:30 Pilates Cardio 未定		14:30～15:30 Advance Aina		14:30～15:30 Hip&Leg Suzu.k	15:00～16:00 Animal Stretch Karin	
				16:00～17:00 Jump to Burn Suzu.k	16:30～17:30 Back&Spine Karin	
				17:30～18:30 Pilates Workout Karin	18:00～19:00 Body Balance maki.U	
18:00～19:00 Back&Spine yui	18:00～19:00 Pilates Cardio Karin	18:00～19:00 Basic Maho.T	18:00～19:00 Back&Arm 未定	19:00～20:00 Waist Suzu.k		
19:30～20:30 Basic yui	19:30～20:30 Waist Suzu.k	19:30～20:30 Reset Flow Karin	19:30～20:30 Pilates Workout Karin			
21:00～22:00 Back&Arm Suzu.k	21:00～22:00 Reset Flow Karin	21:00～22:00 Animal Stretch Karin	21:00～22:00 Back&Spine Karin			

👉：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）