

横浜店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月15日更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:00~11:00 Basic Reika.A	10:30~11:30 Waist NAOMI.T	10:00~11:00 Shape up Waist yuki	10:30~11:30 Body Balance yuki	10:00~11:00 Hip&Leg Reika.A	10:00~11:00 Back&Spine Rika	close	10:00~11:00 Pilates Barre NAOMI.T
11:30~12:30 Power up Control Rika	12:00~13:00 Animal Stretch Rika	11:30~12:30 Hip Punch NAOMI.T	12:00~13:00 Hip&Leg Reika.A	11:30~12:30 Basic Reika.A	11:30~12:30 Advance Rika		11:30~12:30 Release&Strength Rika
13:00~14:00 Jump to Burn Rika	13:30~14:30 Hip Punch NAOMI.T	13:00~14:00 Reset Flow yuki	13:30~14:30 Basic Reika.A	13:00~14:00 Shape up Waist yuki	13:00~14:00 Hip&Leg Reika.A		13:00~14:00 Waist NAOMI.T
14:30~15:30 Hip&Leg Reika.A		14:30~15:30 Pilates Barre NAOMI.T		14:30~15:30 Stretch & Conditioning Rika	14:30~15:30 Waist NAOMI.T		14:30~15:30 Shape up Waist Rika
				16:00~17:00 Hip&Leg Reika.A	16:00~17:00 Pilates Cardio yuki		
				17:30~18:30 Back&Arm yuki	17:30~18:30 Basic Reika.A		
18:00~19:00 Waist NAOMI.T	18:00~19:00 Back&Arm yuki	18:00~19:00 Hip&Leg Reika.A	18:00~19:00 Hip Punch NAOMI.T	19:00~20:00 Power up Control Rika			18:00~19:00 Hip&Leg Reika.A
19:30~20:30 Hip Punch NAOMI.T	19:30~20:30 Pilates Workout Rika	19:30~20:30 Waist NAOMI.T	19:30~20:30 Pilates Cardio yuki				19:30~20:30 Jump to Burn yuki
21:00~22:00 Hip&Leg Reika.A	21:00~22:00 Reset Flow yuki	21:00~22:00 Basic Reika.A	21:00~22:00 Pilates Barre NAOMI.T				21:00~22:00 Basic NISAKI.T

横浜店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Basic Reika.A	10:00~11:00 Pilates Workout Rika	10:30~11:30 Back&Arm yuki	10:00~11:00 Animal Stretch Rika	10:00~11:00 Jump to Burn yuki	close	10:00~11:00 Hip&Leg Reika.A	10:30~11:30 Waist NAOMI.T
12:00~13:00 Pilates Cardio Rika	11:30~12:30 Hip&Leg Reika.A	12:00~13:00 Basic NISAKI.T	11:30~12:30 Pilates Barre NAOMI.T	11:30~12:30 Reset Flow yuki		11:30~12:30 Back&Spine yuki	12:00~13:00 Hip&Leg Reika.A
13:30~14:30 Hip&Leg Reika.A	13:00~14:00 Basic NISAKI.T	13:30~14:30 Back&Spine yuki	13:00~14:00 Body Balance Rika	13:00~14:00 Hip Punch NAOMI.T		13:00~14:00 Reset Flow yuki	13:30~14:30 Pilates Barre NAOMI.T
	14:30~15:30 Body Balance Rika		14:30~15:30 Hip&Leg Reika.A	14:30~15:30 Basic NISAKI.T		14:30~15:30 Basic Reika.A	
			16:00~17:00 Waist NAOMI.T	16:00~17:00 Hip&Leg Reika.A			
			17:30~18:30 Basic NISAKI.T	17:30~18:30 Waist NAOMI.T			
18:00~19:00 Advance yuki	18:00~19:00 Basic NISAKI.T	18:00~19:00 Shape up Waist Rika	19:00~20:00 Hip&Leg Reika.A			18:00~19:00 Pilates Barre NAOMI.T	18:00~19:00 Basic NISAKI.T
19:30~20:30 Basic NISAKI.T	19:30~20:30 Reset Flow yuki	19:30~20:30 Waist NAOMI.T				19:30~20:30 Basic NISAKI.T	19:30~20:30 Back&Spine yuki
21:00~22:00 Back&Arm yuki	21:00~22:00 Hip Punch NAOMI.T	21:00~22:00 Power up Control Rika				21:00~22:00 Waist NAOMI.T	21:00~22:00 Body Balance yuki

：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。

横浜店【4月17日～24日スケジュール】

2025年3月15日更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
10:00~11:00 Release&Strength Yumi	10:30~11:30 Pilates Barre NAO.M.T	10:00~11:00 Pilates Cardio yuki	10:00~11:00 Power up Control Rika	close	10:00~11:00 Back&Spine Yumi	10:00~11:00 Hip&Leg Reika.A	10:00~11:00 Animal Stretch Rika
11:30~12:30 Pilates Barre NAO.M.T	12:00~13:00 Advance yuki	11:30~12:30 Release&Strength Rika	11:30~12:30 Basic NISAKI.T		11:30~12:30 Body Balance Yumi	12:00~13:00 Basic Reika.A	11:30~12:30 Jump to Burn Rika
13:00~14:00 Power up Control Yumi	13:30~14:30 Hip Punch NAO.M.T	13:00~14:00 Basic NISAKI.T	13:00~14:00 Waist NAO.M.T		13:00~14:00 Basic NISAKI.T	13:30~14:30 Shape up Waist yuki	13:00~14:00 Hip&Leg Reika.A
14:30~15:30 Waist NAO.M.T		14:30~15:30 Reset Flow yuki	14:30~15:30 Hip&Leg Reika.A		14:30~15:30 Power up Control Yumi		14:30~15:30 Reset Flow Yumi
		16:00~17:00 Pilates Workout Rika	16:00~17:00 Shape up Waist Rika				
		17:30~18:30 Hip&Leg Reika.A	17:30~18:30 Hip Punch NAO.M.T				
18:00~19:00 Stretch & Conditioning Rika	18:00~19:00 Jump to Burn Rika	19:00~20:00 Basic NISAKI.T			18:00~19:00 Release&Strength Rika	18:00~19:00 Power up Control Rika	18:00~19:00 Body Balance Yumi
19:30~20:30 Shape up Waist yuki	19:30~20:30 Animal Stretch Rika				19:30~20:30 Pilates Cardio yuki	19:30~20:30 Hip Punch NAO.M.T	19:30~20:30 Basic NISAKI.T
21:00~22:00 Pilates Workout Rika	21:00~22:00 Basic NISAKI.T				21:00~22:00 Shape up Waist Rika	21:00~22:00 Basic NISAKI.T	21:00~22:00 Back&Spine Yumi

横浜店【4月25日～4月30日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Hip Punch NAO.M.T	10:00~11:00 Pilates Barre NAO.M.T	10:00~11:00 Basic NISAKI.T	close	10:00~11:00 Jump to Burn yuki	10:30~11:30 Back&Arm Reika.A
12:00~13:00 Pilates Workout Rika	11:30~12:30 Back&Spine Rika	11:30~12:30 Pilates Cardio yuki		11:30~12:30 Basic NISAKI.T	12:00~13:00 Back&Spine yuki
13:30~14:30 Pilates Barre NAO.M.T	13:00~14:00 Waist NAO.M.T	13:00~14:00 Reset Flow yuki		13:00~14:00 Shape up Waist yuki	13:30~14:30 Basic Reika.A
	14:30~15:30 Basic Reika.A	14:30~15:30 Back&Arm Reika.A		14:30~15:30 Hip Punch NAO.M.T	
	16:00~17:00 Hip Punch NAO.M.T	16:00~17:00 Basic NISAKI.T		16:00~17:00 Basic NISAKI.T	
	17:30~18:30 Advance yuki	17:30~18:30 Hip&Leg Reika.A		17:30~18:30 Waist NAO.M.T	
18:00~19:00 Basic Reika.A	19:00~20:00 Back&Arm Reika.A			19:00~20:00 Pilates Cardio Rika	18:00~19:00 Waist NAO.M.T
19:30~20:30 Reset Flow yuki					19:30~20:30 Advance Rika
21:00~22:00 Hip&Leg Reika.A					21:00~22:00 Hip Punch NAO.M.T

：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客様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）