

上大岡店【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
10:30~11:30 Basic 🍃 Yuka.F	10:30~11:30 Body Balance Yuuna		10:30~11:30 Back&Arm 🍃 Yuuna	10:30~11:30 Reset Flow Nanami.N	10:30~11:30 Basic 🍃 Yuka.F	close	10:30~11:30 Waist 🍃 Yuuna
12:30~13:30 Pilates Workout natsuko	12:30~13:30 Basic 🍃 Yuka.F		12:30~13:30 Shape up Waist yume.N	12:00~13:00 Basic 🍃 Yuka.F	12:00~13:00 Jump to Burn Haruka.M		12:30~13:30 Hip Punch Nanami.N
				13:30~14:30 Pilates Cardio Yuuna	13:30~14:30 Basic 🍃 Yuka.F		
				15:00~16:00 Hip Punch Nanami.N	15:00~16:00 Release&Strength Haruka.M		
				17:30~18:30 Hip&Leg 🍃 yume.N			
18:00~19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Yuuna	18:00~19:00 Shape up Waist yume.N	18:00~19:00 Basic 🍃 未定	18:00~19:00 Jump to Burn yume.N				18:00~19:00 Pilates Barre yume.N
19:30~20:30 Hip Punch natsuko	19:30~20:30 Pilates Barre yume.N	19:30~20:30 Back&Arm 🍃 Yuuna	19:30~20:30 Basic 🍃 Yuka.F				19:30~20:30 Basic 🍃 Yuka.F
21:00~22:00 Pilates Cardio Yuuna	21:00~22:00 Basic 🍃 Yuka.F	21:00~22:00 Body Balance Yuuna	21:00~22:00 Hip&Leg 🍃 yume.N				21:00~22:00 Back&Arm 🍃 yume.N

上大岡店【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 Jump to Burn Nanami.N		10:30~11:30 Basic 🍃 Yuka.F	10:30~11:30 Basic 🍃 Yuka.F	10:30~11:30 Hip&Leg 🍃 yume.N	close	10:30~11:30 Basic 🍃 Yuka.F	10:30~11:30 Shape up Waist Nanami.N
12:30~13:30 Basic 🍃 Yuka.F		12:30~13:30 Hip&Leg 🍃 Miki.N	12:00~13:00 Pilates Workout Nanami.N	12:00~13:00 Basic 🍃 Yuka.F		12:30~13:30 Jump to Burn yume.N	12:30~13:30 Reset Flow Nanami.N
			13:30~14:30 Back&Arm 🍃 yume.N	13:30~14:30 Pilates Barre yume.N			
			15:00~16:00 Body Balance Nanami.N	15:00~16:00 Basic 🍃 Yuka.F			
			17:30~18:30 Shape up Waist yume.N				
18:00~19:00 Back&Arm 🍃 yume.N	18:00~19:00 Waist 🍃 Yuuna	18:00~19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Mio.I				18:00~19:00 Basic 🍃 yume.N	18:00~19:00 Back&Arm 🍃 Yuuna
19:30~20:30 Body Balance Yuuna	19:30~20:30 Reset Flow Nanami.N	19:30~20:30 Pilates Barre yume.N				19:30~20:30 Hip Punch Nanami.N	19:30~20:30 Basic 🍃 Yuka.F
21:00~22:00 Hip&Leg 🍃 yume.N	21:00~22:00 Jump to Burn yume.N	21:00~22:00 Basic 🍃 Mio.I				21:00~22:00 Shape up Waist yume.N	21:00~22:00 Body Balance Yuuna

- 🍃 : 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【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
	10:30~11:30 Pilates Barre Yuuna	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Waist Yuuna	close	10:30~11:30 Hip&Leg Nanami.N	10:30~11:30 Pilates Workout Nanami.N	
	12:30~13:30 Basic 未定	12:00~13:00 Pilates Cardio Yuuna	12:00~13:00 Jump to Burn Nanami.N		12:30~13:30 Shape up Waist Nanami.N	12:30~13:30 Basic Yuka.F	
		13:30~14:30 Release&Strength honoka	13:30~14:30 Hip&Leg Yuuna				
		15:00~16:00 Basic Yuka.F	15:00~16:00 Reset Flow Nanami.N				
		17:30~18:30 Hip Punch honoka					
18:00~19:00 Reset Flow Nanami.N	18:00~19:00 Basic Yuka.F				18:00~19:00 Pilates Cardio Yuuna	18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Body Balance Yuuna
19:30~20:30 Pilates Workout Nanami.N	19:30~20:30 Shape up Waist Nanami.N				19:30~20:30 Basic 未定	19:30~20:30 Waist Yuuna	19:30~20:30 Basic Yuka.F
21:00~22:00 Basic 未定	21:00~22:00 Hip&Leg Nanami.N				21:00~22:00 Pilates Barre Yuuna	21:00~22:00 Stretch & Conditioning Yuuna	21:00~22:00 Pilates Cardio Yuuna

上大岡店【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 Basic 未定	10:30~11:30 Shape up Waist Nanami.N	10:30~11:30 Basic Yuka.F	close	10:30~11:30 Pilates Cardio Minami	10:30~11:30 Basic 未定
12:30~13:30 Release&Strength honoka	12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Jump to Burn honoka		12:00~13:00 Basic Yuka.F	12:30~13:30 Hip&Leg yume.N
	13:30~14:30 Waist Yuuna	13:30~14:30 Basic 未定		13:30~14:30 Hip&Leg Yuuna	
	15:00~16:00 Hip Punch Nanami.N	15:00~16:00 Release&Strength honoka		15:00~16:00 Stretch & Conditioning Mio.I	
	17:30~18:30 Body Balance Yuuna				
18:00~19:00 Basic Yuka.F					18:00~19:00 Back&Arm Yuuna
19:30~20:30 Hip&Leg Yuuna					19:30~20:30 Basic Yuka.F
21:00~22:00 Waist Yuuna					21:00~22:00 Pilates Cardio 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）