

新宿店【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  Yu.S	10:30～11:30 Pilates Barre ririka	10:30～11:30 Back&Spine Yuuki	10:30～11:30 Back&Arm  Marin	10:30～11:30 Pilates Workout minami	10:30～11:30 Back&Arm  Yuuki	close	10:30～11:30 Waist  Mika
12:00～13:00 Shape up Waist Yuuki	12:00～13:00 Basic  Yu.S	12:00～13:00 Hip&Leg  Mika	12:00～13:00 Basic  Yu.S	12:00～13:00 Body Balance Yuuki	12:00～13:00 Jump to Burn Marin		12:00～13:00 Basic  Reina
13:30～14:30 Stretch & Conditioning  Yuuki		13:30～14:30 Back&Arm  Mika	13:30～14:30 Pilates Cardio Mika	13:30～14:30 Basic  Yu.S	13:30～14:30 Pilates Workout Marin		13:30～14:30 Back&Arm  Yuuki
				15:00～16:00 Shape up Waist Yuuki	15:00～16:00 Basic  Reina		
				17:30～18:30 Basic  Reina			
18:00～19:00 Waist  Mika	18:00～19:00 Hip&Leg  Mika	18:00～19:00 Animal Stretch Marin	18:00～19:00 Back&Spine Yui				18:00～19:00 Pilates Workout Marin
19:30～20:30 Body Balance Yuuki	19:30～20:30 Release&Strength ririka	19:30～20:30 Pilates Workout Marin	19:30～20:30 Basic  Reina				19:30～20:30 Hip&Leg  Marin
21:00～22:00 Pilates Cardio Mika	21:00～22:00 Hip Punch Mika	21:00～22:00 Basic  Yu.S	21:00～22:00 Release&Strength Yui				21:00～22:00 Basic  Yu.S

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  Yu.S	10:30～11:30 Release&Strength ririka	10:30～11:30 Basic  Yu.S	10:30～11:30 Hip&Leg  Mika	10:30～11:30 Waist  Mika	close	10:30～11:30 Hip&Leg  Marin	10:30～11:30 Hip Punch Mika
12:00～13:00 Pilates Cardio Mika	12:00～13:00 Back&Arm  Marin	12:00～13:00 Waist  Yuuki	12:00～13:00 Basic  Reina	12:00～13:00 Hip Punch Mika		12:00～13:00 Animal Stretch Marin	12:00～13:00 Basic  Yu.S
	13:30～14:30 Pilates Workout Marin	13:30～14:30 Body Balance Yuuki	13:30～14:30 Pilates Barre ririka	13:30～14:30 Basic  Yu.S		13:30～14:30 Basic  Yu.S	
			15:00～16:00 Waist  Mika	15:00～16:00 Back&Arm  Mika			
			17:30～18:30 Jump to Burn ririka				
18:00～19:00 Pilates Barre ririka	18:00～19:00 Basic  Reina	18:00～19:00 Hip Punch Mika				18:00～19:00 Jump to Burn Minami	18:00～19:00 Back&Spine Yuuki
19:30～20:30 Basic  Reina	19:30～20:30 Shape up Waist ririka	19:30～20:30 Stretch & Conditioning  ririka				19:30～20:30 Basic  Reina	19:30～20:30 Back&Arm  Marin
21:00～22:00 Back&Spine Yuuki	21:00～22:00 Waist  Mika	21:00～22:00 Basic  Reina				21:00～22:00 Hip&Leg  Minami	21:00～22:00 Pilates Barre Kanna

: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時間前を切ったの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【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 Basic  Mika	10:30～11:30 Pilates Barre Kanna	10:30～11:30 Waist  Yuuki	10:30～11:30 Hip&Leg  Kanna	close	10:30～11:30 Shape up Waist Yuuki	10:30～11:30 Basic  Reina	10:30～11:30 Pilates Workout Marin
12:00～13:00 Animal Stretch Kanna	12:00～13:00 Back&Spine Yuuki	12:00～13:00 Back&Arm  Yuuki	12:00～13:00 Basic  Reina		12:00～13:00 Stretch & Conditioning  Yuuki	12:00～13:00 Animal Stretch Kanna	12:00～13:00 Hip&Leg  Marin
13:30～14:30 Hip&Leg  Mika	13:30～14:30 Jump to Burn Kanna	13:30～14:30 Basic  Yu.S	13:30～14:30 Stretch & Conditioning  Kanna		13:30～14:30 Basic  Yu.S		13:30～14:30 Basic  Reina
		15:00～16:00 Stretch & Conditioning  Yuuki	15:00～16:00 Pilates Barre Kanna				
		17:30～18:30 Basic  Reina					
18:00～19:00 Shape up Waist Yuuki	18:00～19:00 Basic  Yu.S				18:00～19:00 Pilates Cardio Marin	18:00～19:00 Waist  Yuuki	18:00～19:00 Basic  Yu.S
19:30～20:30 Basic  Reina	19:30～20:30 Back&Arm  Mika				19:30～20:30 Hip&Leg  Marin	19:30～20:30 Body Balance Yuuki	19:30～20:30 Stretch & Conditioning  Yuuki
21:00～22:00 Back&Arm  Yuuki	21:00～22:00 Pilates Cardio Mika				21:00～22:00 Pilates Barre Kanna	21:00～22:00 Basic  Yu.S	21:00～22:00 Shape up Waist Yuuki

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 Back&Arm  Yuuki	10:30～11:30 Pilates Barre Kanna	10:30～11:30 Basic  Yu.S	close	10:30～11:30 Pilates Workout Marin	10:30～11:30 Back&Arm  Mika
12:00～13:00 Basic  Yu.S	12:00～13:00 Pilates Cardio Mika	12:00～13:00 Stretch & Conditioning  Yuuki		12:00～13:00 Waist  Marin	12:00～13:00 Basic  Yu.S
13:30～14:30 Pilates Barre Kanna	13:30～14:30 Jump to Burn Kanna	13:30～14:30 Basic  Reina		13:30～14:30 Hip Punch Mika	
	15:00～16:00 Basic  Reina	15:00～16:00 Shape up Waist Yuuki		15:00～16:00 Basic  Reina	
	17:30～18:30 Hip&Leg  Mika			17:30～18:30 Back&Spine Yuuki	
18:00～19:00 Waist  Kanna					18:00～19:00 Stretch & Conditioning  Yuuki
19:30～20:30 Basic  Reina					19:30～20:30 Basic  Reina
21:00～22:00 Hip Punch Mika					21:00～22:00 Animal Stretch Marin

：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）