

葛西店【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 Pilates Barre Misa.K	10:30~11:30 Basic Kanae.T		10:30~11:30 Hip&Leg Misa.K	10:30~11:30 Back&Arm Kanae.T	10:30~11:30 Hip&Leg akane.t	close	10:30~11:30 Pilates Cardio yumeno
12:30~13:30 Stretch & Conditioning yumeno	12:30~13:30 Jump to Burn Misa.K		12:30~13:30 Basic JUKA.W	12:00~13:00 Body Balance Misa.K	12:00~13:00 Advance yumeno		12:30~13:30 Back&Arm Kanae.T
				13:30~14:30 Basic Kanae.T	13:30~14:30 Pilates Cardio akane.t		
				15:00~16:00 Jump to Burn Misa.K	15:00~16:00 Waist yumeno		
				17:30~18:30 Waist Kanae.T			
18:00~19:00 Back&Arm JUKA.W	18:00~19:00 Waist Kanae.T	18:00~19:00 Back&Arm JUKA.W	18:00~19:00 Pilates Barre yumeno				18:00~19:00 Hip&Leg Misa.K
19:30~20:30 Advance yumeno	19:30~20:30 Back&Arm JUKA.W	19:30~20:30 Waist Kanae.T	19:30~20:30 Basic Kanae.T				19:30~20:30 Basic JUKA.W
21:00~22:00 Basic JUKA.W	21:00~22:00 Jump to Burn Misa.K	21:00~22:00 Basic JUKA.W	21:00~22:00 Stretch & Conditioning yumeno				21:00~22:00 Jump to Burn Misa.K

葛西店【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 Waist Kanae.T		10:30~11:30 Basic JUKA.W	10:30~11:30 Hip&Leg Misa.K	10:30~11:30 Back&Arm JUKA.W	close	10:30~11:30 Jump to Burn Misa.K	10:30~11:30 Waist Kanae.T
12:30~13:30 Hip&Leg Misa.K		12:30~13:30 Waist Kanae.T	12:00~13:00 Basic Kanae.T	12:00~13:00 Hip&Leg Misa.K		12:30~13:30 Basic JUKA.W	12:30~13:30 Body Balance Misa.K
			13:30~14:30 Pilates Barre Misa.K	13:30~14:30 Basic JUKA.W			
			15:00~16:00 Waist Kanae.T	15:00~16:00 Jump to Burn Misa.K			
			17:30~18:30 Back&Arm JUKA.W				
18:00~19:00 Back&Arm JUKA.W	18:00~19:00 Basic Kanae.T	18:00~19:00 Body Balance Misa.K				18:00~19:00 Back&Arm JUKA.W	18:00~19:00 Pilates Barre yumeno
19:30~20:30 Waist yumeno	19:30~20:30 Pilates Barre Misa.K	19:30~20:30 Back&Arm JUKA.W				19:30~20:30 Waist Kanae.T	19:30~20:30 Basic JUKA.W
21:00~22:00 Advance yumeno	21:00~22:00 Waist Kanae.T	21:00~22:00 Hip&Leg Misa.K				21:00~22:00 Basic Kanae.T	21:00~22:00 Stretch & Conditioning yumeno

：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。

葛西店【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 Advance yumeno	10:30~11:30 Back&Arm JUKA.W	10:30~11:30 Body Balance Misa.K	close	10:30~11:30 Basic Kanae.T	10:30~11:30 Pilates Cardio yumeno	
	12:30~13:30 Back&Arm JUKA.W	12:00~13:00 Hip&Leg Misa.K	12:00~13:00 Basic Kanae.T		12:30~13:30 Advance yumeno	12:30~13:30 Back&Arm JUKA.W	
		13:30~14:30 Waist Kanae.T	13:30~14:30 Pilates Barre Misa.K				
		15:00~16:00 Basic JUKA.W	15:00~16:00 Waist Kanae.T				
		17:30~18:30 Pilates Barre Misa.K					
18:00~19:00 Basic JUKA.W	18:00~19:00 Hip&Leg Misa.K				18:00~19:00 Waist Kanae.T	18:00~19:00 Basic Kanae.T	18:00~19:00 Body Balance Misa.K
19:30~20:30 Pilates Cardio yumeno	19:30~20:30 Jump to Burn Misa.K				19:30~20:30 Basic JUKA.W	19:30~20:30 Hip&Leg Misa.K	19:30~20:30 Basic Kanae.T
21:00~22:00 Back&Arm JUKA.W	21:00~22:00 Basic Kanae.T				21:00~22:00 Back&Arm JUKA.W	21:00~22:00 Jump to Burn Misa.K	21:00~22:00 Waist Kanae.T

葛西店【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 JUKA.W	10:30~11:30 Stretch & Conditioning yumeno	10:30~11:30 Basic JUKA.W	close	10:30~11:30 Jump to Burn Misa.K	10:30~11:30 Basic Kanae.T
12:30~13:30 Waist Kanae.T	12:00~13:00 Back&Arm JUKA.W	12:00~13:00 Pilates Barre Misa.K		12:00~13:00 Basic JUKA.W	12:30~13:30 Back&Arm JUKA.W
	13:30~14:30 Advance yumeno	13:30~14:30 Back&Arm JUKA.W		13:30~14:30 Waist Kanae.T	
	15:00~16:00 Waist Kanae.T	15:00~16:00 Hip&Leg Misa.K		15:00~16:00 Body Balance yumeno	
	17:30~18:30 Jump to Burn Misa.K			17:30~18:30 Hip&Leg yumeno	
18:00~19:00 Pilates Cardio yumeno					18:00~19:00 Stretch & Conditioning yumeno
19:30~20:30 Hip&Leg Misa.K					19:30~20:30 Pilates Barre Misa.K
21:00~22:00 Stretch & Conditioning yumeno					21:00~22:00 Advance yumeno

：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）