

和光市店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年4月15日更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 Back&Arm misaki.N	10:30～11:30 Basic YUNA.S	10:30～11:30 Stretch & Conditioning YUNA.S	close	10:30～11:30 Pilates Barre misaki.N	10:30～11:30 Hip&Leg Aino.H	
	12:30～13:30 Basic misaki.N	12:00～13:00 Jump to Burn Aino.H	12:30～13:30 Back&Arm misaki.N		12:00～13:00 Hip&Leg Aino.H	12:30～13:30 Jump to Burn Aino.H	
		13:30～14:30 Release&Strength YUNA.S	14:30～15:30 Waist YUNA.S		13:30～14:30 Basic misaki.N		
		15:00～16:00 Hip&Leg Aino.H	16:30～17:30 Basic misaki.N		15:00～16:00 Jump to Burn Aino.H		
		17:30～18:30 Waist YUNA.S			17:30～18:30 Back&Arm misaki.N		
18:00～19:00 Jump to Burn Aino.H	18:00～19:00 Waist YUNA.S					18:00～19:00 Back&Arm misaki.N	18:00～19:00 Basic misaki.N
19:30～20:30 Basic YUNA.S	19:30～20:30 Jump to Burn Aino.H					19:30～20:30 Basic Rimi.Y	19:30～20:30 Back&Arm misaki.N
21:00～22:00 Hip&Leg Aino.H	21:00～22:00 Release&Strength YUNA.S					21:00～22:00 Pilates Barre misaki.N	21:00～22:00 Waist misaki.N

和光市店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 Basic misaki.N	10:30～11:30 Stretch & Conditioning YUNA.S	10:30～11:30 Basic misaki.N	close	close	10:30～11:30 Hip&Leg Aino.H		10:30～11:30 Jump to Burn Aino.H
12:30～13:30 Back&Arm misaki.N	12:00～13:00 Hip&Leg Aino.H	12:30～13:30 Waist YUNA.S			12:30～13:30 Jump to Burn Aino.H		12:30～13:30 Hip&Leg Aino.H
	13:30～14:30 Waist YUNA.S	14:30～15:30 Back&Arm misaki.N					
	15:00～16:00 Jump to Burn Aino.H	16:30～17:30 Release&Strength YUNA.S					
	17:30～18:30 Release&Strength YUNA.S						
18:00～19:00 Release&Strength YUNA.S					18:00～19:00 Basic misaki.N	18:00～19:00 Waist YUNA.S	18:00～19:00 Jump to Burn Aino.H
19:30～20:30 Waist YUNA.S					19:30～20:30 Back&Arm misaki.N	19:30～20:30 Basic misaki.N	19:30～20:30 Release&Strength YUNA.S
21:00～22:00 Stretch & Conditioning YUNA.S					21:00～22:00 Waist misaki.N	21:00～22:00 Stretch & Conditioning YUNA.S	21:00～22:00 Waist YUNA.S

：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。

和光市店【5月17日～5月24日スケジュール】

2025年3月15日更新

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 Back&Arm misaki.N	10:30～11:30 Hip&Leg Aino.H	close	10:30～11:30 Back&Arm misaki.N	10:30～11:30 Basic イントラ未確定		10:30～11:30 Release&Strength YUNA.S	10:30～11:30 Stretch & Conditioning YUNA.S
12:00～13:00 Jump to Burn Aino.H	12:30～13:30 Back&Arm misaki.N		12:30～13:30 Basic misaki.N	12:30～13:30 Hip&Leg Aino.H		12:30～13:30 Basic イントラ未確定	12:00～13:00 Basic イントラ未確定
13:30～14:30 Basic イントラ未確定	14:30～15:30 Jump to Burn Aino.H						13:30～14:30 Waist YUNA.S
15:00～16:00 Hip&Leg Aino.H	16:30～17:30 Basic misaki.N						15:00～16:00 Release&Strength YUNA.S
17:30～18:30 Pilates Barre misaki.N							17:30～18:30 Basic イントラ未確定
			18:00～19:00 Hip&Leg Aino.H	18:00～19:00 Waist YUNA.S	18:00～19:00 Back&Arm misaki.N	18:00～19:00 Pilates Barre misaki.N	
			19:30～20:30 Stretch & Conditioning YUNA.S	19:30～20:30 Hip&Leg Aino.H	19:30～20:30 Stretch & Conditioning YUNA.S	19:30～20:30 Waist YUNA.S	
			21:00～22:00 Jump to Burn Aino.H	21:00～22:00 Release&Strength YUNA.S	21:00～22:00 Pilates Barre misaki.N	21:00～22:00 Back&Arm misaki.N	

和光市店【5月25日～5月30日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 Basic イントラ未確定	close	10:30～11:30 Hip&Leg Aino.H	10:30～11:30 Release&Strength YUNA.S		10:30～11:30 Basic イントラ未確定	10:30～11:30 Back&Arm misaki.N
12:30～13:30 Release&Strength YUNA.S		12:30～13:30 Stretch & Conditioning YUNA.S	12:30～13:30 Jump to Burn Aino.H		12:30～13:30 Pilates Barre misaki.N	12:00～13:00 Waist YUNA.S
14:30～15:30 Basic イントラ未確定						13:30～14:30 Jump to Burn Aino.H
16:30～17:30 Waist YUNA.S						15:00～16:00 Pilates Barre misaki.N
						17:30～18:30 Release&Strength YUNA.S
		18:00～19:00 Back&Arm misaki.N	18:00～19:00 Basic イントラ未確定	18:00～19:00 Jump to Burn Aino.H	18:00～19:00 Waist YUNA.S	
		19:30～20:30 Basic イントラ未確定	19:30～20:30 Waist misaki.N	19:30～20:30 Basic イントラ未確定	19:30～20:30 Jump to Burn Aino.H	
		21:00～22:00 Pilates Barre misaki.N	21:00～22:00 Back&Arm misaki.N	21:00～22:00 Hip&Leg Aino.H	21:00～22:00 Release&Strength YUNA.S	

※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）