

センター北店【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 Waist Haruka.M	10:30~11:30 Pilates Workout natsuko		10:30~11:30 Back&Arm Haruka.M	10:30~11:30 Pilates Barre Minami	10:30~11:30 Release&Strength Minami	close	10:30~11:30 Basic MOMOKA.K
12:30~13:30 Jump to Burn Haruka.M	12:30~13:30 Hip&Leg natsuko		12:30~13:30 Hip Punch natsuko	12:00~13:00 Power up Control natsuko	12:00~13:00 Basic MOMOKA.K		12:30~13:30 Pilates Cardio Minami
				13:30~14:30 Basic MOMOKA.K	13:30~14:30 Shape up Waist Minami		
				15:00~16:00 Hip&Leg Minami	15:00~16:00 Basic MOMOKA.K		
				17:30~18:30 Back&Spine natsuko			
18:00~19:00 Hip&Leg ririka	18:00~19:00 Basic MOMOKA.K	18:00~19:00 Hip Punch natsuko	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Minami				18:00~19:00 Shape up Waist mai.K
19:30~20:30 Basic MOMOKA.K	19:30~20:30 Jump to Burn Minami	19:30~20:30 Power up Control natsuko	19:30~20:30 Waist Haruka.M				19:30~20:30 Basic Haruka.M
21:00~22:00 Pilates Cardio ririka	21:00~22:00 Waist Minami	21:00~22:00 Basic Haruka.M	21:00~22:00 Pilates Barre Minami				21:00~22:00 Body Balance mai.K

センター北店【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 Shape up Waist Minami		10:30~11:30 Hip&Leg natsuko	10:30~11:30 Body Balance natsuko	10:30~11:30 Basic MOMOKA.K	close	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Haruka.M	10:30~11:30 Back&Arm Miku.I	
12:30~13:30 Basic MOMOKA.K		12:30~13:30 Back&Spine natsuko	12:00~13:00 Back&Arm Minami	12:00~13:00 Waist Minami		12:30~13:30 Pilates Barre Haruka.M	12:30~13:30 Hip&Leg Miku.I	
			13:30~14:30 Hip Punch natsuko	13:30~14:30 Basic MOMOKA.K				
			15:00~16:00 Shape up Waist Minami	15:00~16:00 Pilates Cardio Minami				
			17:30~18:30 Basic MOMOKA.K					
18:00~19:00 Pilates Barre Haruka.M	18:00~19:00 Pilates Workout Minami	18:00~19:00 Basic MOMOKA.K					18:00~19:00 Hip&Leg natsuko	18:00~19:00 Body Balance natsuko
19:30~20:30 Hip Punch natsuko	19:30~20:30 Basic MOMOKA.K	19:30~20:30 Back&Arm Haruka.M					19:30~20:30 Back&Spine natsuko	19:30~20:30 Basic MOMOKA.K
21:00~22:00 Back&Arm Haruka.M	21:00~22:00 Release&Strength Minami	21:00~22:00 Jump to Burn Haruka.M					21:00~22:00 Basic MOMOKA.K	21:00~22:00 Hip Punch natsuko

- 👉：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。

センター北店【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 Jump to Burn natsuko	10:30~11:30 Basic MOMOKA.K	10:30~11:30 Waist natsuko	close	10:30~11:30 Power up Control natsuko	10:30~11:30 Hip&Leg Minami	
	12:30~13:30 Waist natsuko	12:00~13:00 Hip&Leg natsuko	12:00~13:00 Pilates Workout Minami		12:30~13:30 Body Balance natsuko	12:30~13:30 Basic MOMOKA.K	
		13:30~14:30 Pilates Cardio natsuko	13:30~14:30 Back&Spine natsuko				
		15:00~16:00 Basic MOMOKA.K	15:00~16:00 Back&Arm Minami				
		17:30~18:30 Hip Punch natsuko					
18:00~19:00 Basic MOMOKA.K	18:00~19:00 Pilates Cardio Minami				18:00~19:00 Back&Arm Minami	18:00~19:00 Jump to Burn natsuko	18:00~19:00 Back&Spine natsuko
19:30~20:30 Release&Strength Minami	19:30~20:30 Hip&Leg Minami				19:30~20:30 Basic MOMOKA.K	19:30~20:30 Pilates Barre natsuko	19:30~20:30 Body Balance natsuko
21:00~22:00 Shape up Waist Minami	21:00~22:00 Basic MOMOKA.K				21:00~22:00 Waist Minami	21:00~22:00 Basic MOMOKA.K	21:00~22:00 Hip&Leg Minami

センター北店【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 MOMOKA.K	10:30~11:30 Back&Arm Minami	10:30~11:30 Back&Spine natsuko	close	10:30~11:30 Pilates Cardio natsuko	10:30~11:30 Hip Punch natsuko
12:30~13:30 Pilates Barre natsuko	12:00~13:00 Release&Strength Minami	12:00~13:00 Basic MOMOKA.K		12:00~13:00 Shape up Waist natsuko	12:30~13:30 Back&Spine natsuko
	13:30~14:30 Basic MOMOKA.K	13:30~14:30 Power up Control natsuko		13:30~14:30 Basic MOMOKA.K	
	15:00~16:00 Hip Punch Minami	15:00~16:00 Basic MOMOKA.K		15:00~16:00 Pilates Barre Minami	
	17:30~18:30 Basic MOMOKA.K			17:30~18:30 Hip&Leg Minami	
18:00~19:00 Waist Minami					18:00~19:00 Basic MOMOKA.K
19:30~20:30 Pilates Workout Minami					19:30~20:30 Back&Arm Minami
21:00~22:00 Back&Spine natsuko					21:00~22:00 Pilates Barre Minami

👉：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）