

国分寺店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月15日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 Basic 未確定	close	10:30~11:30 Hip&Leg Hitomi	10:30~11:30 Basic 未確定		10:30~11:30 Back&Arm Yoko	10:30~11:30 Basic 未確定	10:30~11:30 Style up pilates Mika.N	
12:00~13:00 Style up pilates Mai		12:30~13:30 Basic 未確定	12:30~13:30 Advance Hitomi		12:30~13:30 Basic 未確定	12:00~13:00 Waist Shiori	12:00~13:00 Hip&Leg Shiori	
13:30~14:30 Back&Arm Yoko						13:30~14:30 Jump to Burn Hitomi	13:30~14:30 Basic 未確定	
15:00~16:00 Jump to Burn Hitomi						15:00~16:00 Release&Strength Shiori	15:00~16:00 Advance Hitomi	
							17:30~18:30 Hip&Leg Yoko	
			18:00~19:00 Pilates Barre Shiori	18:00~19:00 Basic Yoko	18:00~19:00 Hip&Leg Yoko	18:00~19:00 Pilates Barre Shiori		
			19:30~20:30 Back&Arm Yoko	19:30~20:30 Waist Shiori	19:30~20:30 Basic 未確定	19:30~20:30 Release&Strength Shiori		
			21:00~22:00 Stretch & Conditioning Shiori	21:00~22:00 Hip&Leg Yoko	21:00~22:00 Back&Arm Yoko	21:00~22:00 Basic 未確定		

国分寺店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30~11:30 Basic 未確定	10:30~11:30 Release&Strength Shiori		10:30~11:30 Basic 未確定	10:30~11:30 Advance Hitomi	10:30~11:30 Basic 未確定	close
	12:30~13:30 Stretch & Conditioning Shiori	12:30~13:30 Hip&Leg Yoko		12:30~13:30 Waist sp Xmas Shiori	12:00~13:00 Hip&Leg Yoko	12:00~13:00 Waist sp Xmas 未確定	
					13:30~14:30 Basic 未確定	13:30~14:30 Hip&Leg Yoko	
					15:00~16:00 Back&Arm Yoko	15:00~16:00 Basic 未確定	
					17:30~18:30 Basic 未確定		
	18:00~19:00 Hip&Leg Yoko	18:00~19:00 Jump to Burn Hitomi	18:00~19:00 Waist sp Xmas Shiori	18:00~19:00 Back&Arm Hitomi			
	19:30~20:30 Basic 未確定	19:30~20:30 Back&Arm Hitomi	19:30~20:30 Pilates Barre Shiori	19:30~20:30 Basic Yoko			
	21:00~22:00 Back&Arm Yoko	21:00~22:00 Basic 未確定	21:00~22:00 Hip&Leg Hitomi	21:00~22:00 Jump to Burn Hitomi			

：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。

国分寺店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月15日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 Pilates Barre Shiori	10:30~11:30 Basic 未確定		10:30~11:30 Jump to Burn Hitomi	10:30~11:30 Basic 未確定	10:30~11:30 Back&Arm Shiori	close	10:30~11:30 Basic 未確定
12:30~13:30 Basic 未確定	12:30~13:30 Release&Strength Shiori		12:30~13:30 Basic 未確定	12:30~13:00 Waist sp Xmas 未確定	12:00~13:00 Basic 未確定		12:30~13:30 Hip&Leg Yoko
				13:30~14:30 Style up pilates Mai	13:30~14:30 Release&Strength Shiori		
				15:00~16:00 Basic 未確定	15:00~16:00 Jump to Burn Hitomi		
				17:30~18:30 Pilates Barre Shiori			
18:00~19:00 Basic 未確定	18:00~19:00 Hip&Leg Hitomi	18:00~19:00 Advance Hitomi	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Shiori				18:00~19:00 Waist sp Xmas Shiori
19:30~20:30 Jump to Burn Hitomi	19:30~20:30 Basic 未確定	19:30~20:30 Waist sp Xmas 未確定	19:30~20:30 Back&Arm Yoko				19:30~20:30 Basic Yoko
21:00~22:00 Hip&Leg Hitomi	21:00~22:00 Back&Arm Hitomi	21:00~22:00 Basic 未確定	21:00~22:00 Hip&Leg Shiori				21:00~22:00 Release&Strength Shiori

国分寺店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 Advance Hitomi		10:30~11:30 Basic 未確定	10:30~11:30 Waist 未確定	10:30~11:30 Hip&Leg Yoko	close	close
12:30~13:30 Basic 未確定		12:30~13:30 Stretch & Conditioning Shiori	12:00~13:00 Jump to Burn Hitomi	12:00~13:00 Waist Shiori		
			13:30~14:30 Basic 未確定	13:30~14:30 Back&Arm Yoko		
			15:00~16:00 Hip&Leg Yoko	15:00~16:00 Pilates Barre Shiori		
			17:30~18:30 Back&Arm Yoko			
18:00~19:00 Style up pilates Mai	18:00~19:00 Hip&Leg Shiori	18:00~19:00 Basic Yoko				
19:30~20:30 Pilates Barre Shiori	19:30~20:30 Basic 未確定	19:30~20:30 Back&Arm Yoko				
21:00~22:00 Basic Yoko	21:00~22:00 Waist Shiori	21:00~22:00 Jump to Burn Hitomi				

：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）