

奈良大安寺店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年4月30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 Basic Chika.U	10:30～11:30 Basic Chika.U	10:30～11:30 Hip&Leg Kanao.Y	close	10:30～11:30 Body Balance Kanao.Y	10:30～11:30 Shape up Waist Lin	
	12:30～13:30 Hip&Leg Lin	12:00～13:00 Pilates Barre Lin	12:30～13:30 Jump to Burn Lin		12:00～13:00 Basic Chika.U	12:30～13:30 Hip&Leg Kanao.Y	
		13:30～14:30 Basic Chika.U	14:30～15:30 Waist Kanao.Y		13:30～14:30 Back&Arm Kanao.Y		
		15:00～16:00 Shape up Waist Lin	16:30～17:30 Release&Strength Lin		15:00～16:00 Basic Chika.U		
		17:30～18:30 Back&Arm Lin			17:30～18:30 Hip&Leg Kanao.Y		
18:00～19:00 Hip&Leg Kanao.Y	18:00～19:00 Back&Arm Kanao.Y					18:00～19:00 Basic Chika.U	18:00～19:00 Back&Arm Kanao.Y
19:30～20:30 Basic Chika.U	19:30～20:30 Release&Strength Lin					19:30～20:30 Pilates Barre Lin	19:30～20:30 Basic Chika.U
21:00～22:00 Body Balance Kanao.Y	21:00～22:00 Waist Kanao.Y					21:00～22:00 Basic Chika.U	21:00～22:00 Waist Kanao.Y

奈良大安寺店【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 Jump to Burn Lin	10:30～11:30 Basic Chika.U	10:30～11:30 Shape up Waist Lin	close	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Chika.U	10:30～11:30 Release&Strength Lin		10:30～11:30 Basic Chika.U
12:30～13:30 Basic Chika.U	12:00～13:00 Release&Strength Lin	12:30～13:30 Back&Arm Kanao.Y		12:30～13:30 Waist Lin	12:30～13:30 Basic Chika.U		12:30～13:30 Pilates Barre Lin
	13:30～14:30 Basic Chika.U	14:30～15:30 Jump to Burn Lin					
	15:00～16:00 Pilates Barre Lin	16:30～17:30 Hip&Leg Kanao.Y					
	17:30～18:30 Body Balance Lin						
18:00～19:00 Waist Kanao.Y				18:00～19:00 Hip&Leg Kanao.Y	18:00～19:00 Waist Kanao.Y	18:00～19:00 Jump to Burn Lin	18:00～19:00 Basic natsuki.s
19:30～20:30 Hip&Leg Kanao.Y				19:30～20:30 Jump to Burn Lin	19:30～20:30 Stretch & Conditioning Chika.U	19:30～20:30 Hip&Leg Kanao.Y	19:30～20:30 Back&Arm Lin
21:00～22:00 Basic Chika				21:00～22:00 Back&Arm Kanao.Y	21:00～22:00 Body Balance Kanao.Y	21:00～22:00 Pilates Barre Lin	21:00～22:00 Waist natsuki.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。

奈良大安寺店【5月17日～5月24日スケジュール】

2025年4月30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 Hip&Leg Kanao.Y	close	close	10:30～11:30 Back&Arm Kanao.Y	10:30～11:30 Jump to Burn Lin		10:30～11:30 Basic Chika.U	10:30～11:30 Jump to Burn Lin
12:00～13:00 Basic Chika.U			12:30～13:30 Basic natsuki.s	12:30～13:30 Hip&Leg Kanao.Y		12:30～13:30 Pilates Barre Lin	12:00～13:00 Hip&Leg Kanao.Y
13:30～14:30 Back&Arm Kanao.Y							13:30～14:30 Pilates Barre Lin
15:00～16:00 Basic Chika.U							15:00～16:00 Body Balance Kanao.Y
17:30～18:30 Waist Kanao.Y							17:30～18:30 Back&Arm Kanao.Y
			18:00～19:00 Stretch & Conditioning Chika.U	18:00～19:00 Shape up Waist natsuki.s	18:00～19:00 Body Balance Kanao.Y	18:00～19:00 Waist natsuki.s	
			19:30～20:30 Waist natsuki.s	19:30～20:30 Basic Chika.U	19:30～20:30 Waist natsuki.s	19:30～20:30 Release&Strength Lin	
			21:00～22:00 Basic Chika.U	21:00～22:00 Waist natsuki.s	21:00～22:00 Hip&Leg Kanao.Y	21:00～22:00 Basic natsuki.s	

奈良大安寺店【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 Stretch & Conditioning Chika.U	close	10:30～11:30 Back&Arm Kanao.Y	10:30～11:30 Basic natsuki.s		10:30～11:30 Waist natsuki.s	10:30～11:30 Release&Strength Lin
12:30～13:30 Shape up Waist natsuki.s		12:30～13:30 Pilates Barre Lin	12:30～13:30 Body Balance Kanao.Y		12:30～13:30 Basic Chika.U	12:00～13:00 Back&Arm Kanao.Y
14:30～15:30 Basic Chika.U						13:30～14:30 Basic natsuki.s
16:30～17:30 Waist natsuki.s						15:00～16:00 Hip&Leg Kanao.Y
						17:30～18:30 Waist natsuki.s
		18:00～19:00 Basic Chika.U	18:00～19:00 Pilates Barre Lin	18:00～19:00 Stretch & Conditioning Chika.U	18:00～19:00 Hip&Leg Kanao.Y	
		19:30～20:30 Shape up Waist Lin	19:30～20:30 Hip&Leg Kanao.Y	19:30～20:30 Body Balance Lin	19:30～20:30 Basic Chika.U	
		21:00～22:00 Stretch & Conditioning Chika.U	21:00～22:00 Jump to Burn Lin	21:00～22:00 Basic Chika.U	21:00～22:00 Back&Arm Kanao.Y	

：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）