

春日店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年12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 |
| close | close | 10:30～11:30 Hip&Leg 📌 Kurumi | 10:30～11:30 Back&Arm 📌 Jun | | 10:30～11:30 Basic 📌 Kurumi | 10:30～11:30 Stretch & Conditioning 📌 Kurumi | close |
| | | 12:30～13:30 Basic 📌 karin.N | 12:30～13:30 Pilates Barre Kurumi | | 12:30～13:30 Hip&Leg 📌 Jun | 12:30～13:30 Waist 📌 Kalia | |
| | | | | | | 14:30～15:30 Body Balance Kurumi | |
| | | | | | | 17:00～18:00 Back&Arm 📌 Kalia | |
| | | 18:00～19:00 Body Balance mai.K | 18:00～19:00 Stretch & Conditioning 📌 ririka | 18:00～19:00 Basic 📌 karin.N | 18:00～19:00 Waist 📌 Kalia | | |
| | | 19:30～20:30 Basic 📌 karin.N | 19:30～20:30 Hip&Leg 📌 Kurumi | 19:30～20:30 Body Balance Kurumi | 19:30～20:30 Back&Arm 📌 Jun | | |
| | | 21:00～22:00 Waist 📌 mai.K | 21:00～22:00 Shape up Waist ririka | 21:00～22:00 Hip&Leg 📌 Kurumi | 21:00～22:00 Pilates Barre Kalia | | |
| | | | | | | | |

春日店【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 Body Balance Kurumi | 10:30～11:30 Basic 📌 Kalia | | 10:30～11:30 Hip&Leg 📌 Jun | 10:30～11:30 Body Balance Kurumi | close | close |
| | 12:30～13:30 Stretch & Conditioning 📌 Kurumi | 12:30～13:30 Waist sp Xmas 📌 Kalia | | 12:30～13:30 Shape up Waist ririka | 12:30～13:30 Basic 📌 mai.K | | |
| | | | | | 14:30～15:30 Back&Arm 📌 Kalia | | |
| | | | | | 17:00～18:00 Shape up Waist Kalia | | |
| | 18:00～19:00 Waist sp Xmas 📌 Akane | 18:00～19:00 Pilates Barre Kurumi | 18:00～19:00 Hip&Leg 📌 Kurumi | 18:00～19:00 Basic 📌 Kalia | | | |
| | 19:30～20:30 Back&Arm 📌 Kalia | 19:30～20:30 Basic 📌 karin.N | 19:30～20:30 Waist sp Xmas 📌 mai.K | 19:30～20:30 Stretch & Conditioning 📌 ririka | | | |
| | 21:00～22:00 Hip&Leg 📌 Kalia | 21:00～22:00 Stretch & Conditioning 📌 Kurumi | 21:00～22:00 Body Balance mai.K | 21:00～22:00 Waist sp Xmas 📌 Kalia | | | |
| | | | | | | | |

- 📌: 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。

春日店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年12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 Waist sp Xmas 🍷 mai.K | 10:30～11:30 Shape up Waist Kalia | | 10:30～11:30 Basic 🍷 karin.N | 10:30～11:30 Hip&Leg 🍷 Kalia | close | close | 10:30～11:30 Back&Arm 🍷 ririka |
| 12:30～13:30 Back&Arm 🍷 Kalia | 12:30～13:30 Basic 🍷 Kalia | | 12:30～13:30 Hip&Leg 🍷 mai.K | 12:30～13:30 Stretch & Conditioning 🍷 Kurumi | | | 12:30～13:30 Waist sp Xmas 🍷 ririka |
| | | | | 14:30～15:30 Basic 🍷 Kurumi | | | |
| | | | | 17:00～18:00 Waist sp Xmas 🍷 Kalia | | | |
| 18:00～19:00 Body Balance ririka | 18:00～19:00 Hip&Leg 🍷 Kurumi | 18:00～19:00 Basic 🍷 Jun | 18:00～19:00 Body Balance mai.K | | | | 18:00～19:00 Hip&Leg 🍷 Kalia |
| 19:30～20:30 Hip&Leg 🍷 mai.K | 19:30～20:30 Basic 🍷 karin.N | 19:30～20:30 Pilates Barre Kurumi | 19:30～20:30 Shape up Waist Kalia | | | | 19:30～20:30 Pilates Barre Kurumi |
| 21:00～22:00 Basic 🍷 ririka | 21:00～22:00 Stretch & Conditioning 🍷 Kurumi | 21:00～22:00 Back&Arm 🍷 Jun | 21:00～22:00 Basic 🍷 Kalia | | | | 21:00～22:00 Basic 🍷 Kalia |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

春日店【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 Basic 🍷 karin.N | | 10:30～11:30 Back&Arm 🍷 Jun | 10:30～11:30 Basic 🍷 Kalia | close | close | close |
| 12:30～13:30 Body Balance mai.K | | 12:30～13:30 Basic 🍷 Miharu.K | 12:30～13:30 Hip&Leg 🍷 Kurumi | | | |
| | | | 14:30～15:30 Shape up Waist Kalia | | | |
| | | | 17:00～18:00 Pilates Barre Kurumi | | | |
| 18:00～19:00 Basic 🍷 Kurumi | 18:00～19:00 Shape up Waist Kalia | 18:00～19:00 Hip&Leg 🍷 Jun | | | | |
| 19:30～20:30 Waist sp Xmas 🍷 mai.K | 19:30～20:30 Basic 🍷 karin.N | 19:30～20:30 Body Balance Kurumi | | | | |
| 21:00～22:00 Stretch & Conditioning 🍷 Kurumi | 21:00～22:00 Back&Arm 🍷 Kalia | 21:00～22:00 Basic 🍷 Kurumi | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

🍷：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）