

渋谷店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月15日更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
水	木	金	土	日	月	火	水
年末年始休業	年末年始休業	10:30~11:30 Shape up Waist ririka	10:30~11:30 Basic karin.N	10:30~11:30 Pilates Workout Jun	close	10:30~11:30 Power up Control Jun	10:30~11:30 Basic 未定
		12:00~13:00 Basic Jun	12:00~13:00 Jump to Burn ririka	12:00~13:00 Pilates Barre kalia		12:00~13:00 Basic mai.K	12:30~13:30 Jump to Burn ririka
		13:30~14:30 Back&Arm ririka	13:30~14:30 Hip&Leg karin.N	13:30~14:30 Reset Flow ririka		13:30~14:30 Style up pilates Jun	
		15:00~16:00 Pilates Cardio Jun	15:00~16:00 Back&Spine ririka	15:00~16:00 Waist kalia			
		17:30~18:30 Style up pilates Jun	17:30~18:30 Stretch & Conditioning Uka				
					18:00~19:00 Waist karin.N	18:00~19:00 Hip&Leg mai.K	
					19:30~20:30 Release&Strength mai.K	19:30~20:30 Hip Punch Uka	
					21:00~22:00 Hip&Leg karin.N	21:00~22:00 Body Balance mai.K	

渋谷店【1月9日～1月16日スケジュール】

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	
木	金	土	日	月	火	水	木	
10:30~11:30 Release&Strength mai.K	10:30~11:30 Hip&Leg mai.K	10:30~11:30 Pilates Cardio Jun	10:30~11:30 Hip Punch Kurumi	close	10:30~11:30 Basic karin.N	10:30~11:30 Hip&Leg mai.K	10:30~11:30 Advance ririka	
12:00~13:00 Waist karin.N	12:00~13:00 Animal Stretch Jun	12:00~13:00 Waist mai.K	12:00~13:00 Hip&Leg karin.N		12:00~13:00 Pilates Cardio Jun	12:30~13:30 Reset Flow ririka	12:30~13:30 Basic 未定	
13:30~14:30 Hip&Leg mai.K	13:30~14:30 Body Balance mai.K	13:30~14:30 Pilates Barre kalia	13:30~14:30 Back&Spine Kurumi		13:30~14:30 Waist karin.N		13:30~14:30 Hip Punch Uka	
		15:00~16:00 Style up pilates Jun	15:00~16:00 Basic karin.N					
		17:30~18:30 Basic 未定						
18:00~19:00 Reset Flow ririka	18:00~19:00 Basic 未定					18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Waist karin.N	18:00~19:00 Pilates Workout Jun
19:30~20:30 Basic karin.N	19:30~20:30 Pilates Workout Jun					19:30~20:30 Jump to Burn ririka	19:30~20:30 Animal Stretch Jun	19:30~20:30 Hip&Leg mai.K
21:00~22:00 Back&Arm ririka	21:00~22:00 Advance ririka					21:00~22:00 Shape up Waist ririka	21:00~22:00 Basic karin.N	21:00~22:00 Body Balance mai.K

👉: 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。

渋谷店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月15日更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Animal Stretch Jun	10:30~11:30 Waist mai.K	close	10:30~11:30 Style up pilates Jun	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Back&Arm Jun	10:30~11:30 Body Balance mai.K
12:00~13:00 Back&Spine ririka	12:00~13:00 Advance ririka	12:00~13:00 Style up pilates Jun		12:00~13:00 Stretch & Conditioning Uka	12:30~13:30 Pilates Workout Jun	12:00~13:00 Animal Stretch Jun	12:00~13:00 Hip&Leg Jun
13:30~14:30 Shape up Waist ririka	13:30~14:30 Hip&Leg Jun	13:30~14:30 Basic 未定		13:30~14:30 Basic Jun		13:30~14:30 Basic 未定	13:30~14:30 Release&Strength mai.K
	15:00~16:00 Basic 未定	15:00~16:00 Pilates Cardio Jun					
	17:30~18:30 Power up Control ririka						
18:00~19:00 Style up pilates Jun				18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Pilates Cardio ririka	18:00~19:00 Body Balance mai.K	18:00~19:00 Power up Control Jun
19:30~20:30 Basic mai.K				19:30~20:30 Reset Flow ririka	19:30~20:30 Advance ririka	19:30~20:30 Waist mai.K	19:30~20:30 Hip Punch Uka
21:00~22:00 Release&Strength mai.K				21:00~22:00 Pilates Barre ririka	21:00~22:00 Waist mai.K	21:00~22:00 Stretch & Conditioning Uka	21:00~22:00 Basic 未定

渋谷店【1月25日～1月31日スケジュール】

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30~11:30 Hip&Leg mai.K	10:30~11:30 Basic mai.K	close	10:30~11:30 Back&Arm Jun	10:30~11:30 Jump to Burn ririka	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Release&Strength mai.K
12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Hip Punch Uka		12:00~13:00 Body Balance ririka	12:30~13:30 Basic 未定	12:00~13:00 Shape up Waist mai.K	12:00~13:00 Style up pilates Jun
13:30~14:30 Shape up Waist mai.K	13:30~14:30 Style up pilates Jun		13:30~14:30 Reset Flow ririka		13:30~14:30 Waist mai.K	13:30~14:30 Basic 未定
15:00~16:00 Power up Control Jun	15:00~16:00 Pilates Workout ririka					
17:30~18:30 Back&Arm Jun						
			18:00~19:00 Style up pilates Jun	18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Pilates Barre ririka	18:00~19:00 Back&Arm ririka
			19:30~20:30 Power up Control Jun	19:30~20:30 Shape up Waist mai.K	19:30~20:30 Basic mai.K	19:30~20:30 Pilates Workout Jun
			21:00~22:00 Basic 未定	21:00~22:00 Stretch & Conditioning Uka	21:00~22:00 Back&Spine ririka	21:00~22:00 Hip Punch Uka

👉: 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)