

渋谷店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月21日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 Waist mai.K	10:30~11:30 Jump to Burn U.	close	10:30~11:30 Release&Strength mai.K	10:30~11:30 Jump to Burn Uka	10:30~11:30 Basic ayana.S	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Uka	10:30~11:30 Style up pilates kanna	
12:00~13:00 Power up Control yui.K	12:00~13:00 Hip Punch Uka		12:00~13:00 Basic ayana.S	12:30~13:00 Basic ayana.S	12:00~13:00 Body Balance mai.K	12:00~13:00 Pilates Workout Kalia	12:00~13:00 Hip&Leg ayana.S	
13:30~14:30 Body Balance mai.K	13:30~14:30 Basic ayana.S		13:30~14:30 Waist mai.K		13:30~14:30 Hip&Leg ayana.S	13:30~14:30 Pilates Barre Kalia	13:30~14:30 Power up Control kanna	
15:00~16:00 Basic mai.K	15:00~16:00 Stretch & Conditioning Uka						15:00~16:00 Waist mai.K	
17:30~18:30 Pilates Cardio yui.K							17:30~18:30 Basic ayana.S	
				18:00~19:00 Pilates Cardio Mika	18:00~19:00 Style up pilates kanna	18:00~19:00 Waist mai.K	18:00~19:00 Basic ayana.S	
				19:30~20:30 Stretch & Conditioning Uka	19:30~20:30 Waist mai.K	19:30~20:30 Release&Strength mai.K	19:30~20:30 Hip&Leg ayana.S	
				21:00~22:00 Back&Arm Mika	21:00~22:00 Power up Control kanna	21:00~22:00 Basic mio.I	21:00~22:00 Hip Punch Uka	

渋谷店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 Back&Arm yuuki	close	10:30~11:30 Basic ayana.S	10:30~11:30 Waist mai.K	10:30~11:30 Hip&Leg ayana.S	10:30~11:30 Pilates Workout ririka	10:30~11:30 Pilates Cardio yui.K	10:30~11:30 Basic Yoko.y	
12:00~13:00 Basic mai.K		12:00~13:00 Pilates Barre Kalia	12:30~13:00 Hip Punch Uka	12:00~13:00 Basic ayana.S	12:00~13:00 Jump to Burn ririka	12:00~13:00 Hip Punch Uka	12:00~13:00 Stretch & Conditioning Uka	
13:30~14:30 Shape up Waist yuuki		13:30~14:30 Release&Strength mai.K		13:30~14:30 Hip Punch Uka	13:30~14:30 Basic ayana.S	13:30~14:30 Waist yui.K	13:30~14:30 Back&Arm Yoko.y	
15:00~16:00 Body Balance mai.K		15:00~16:00 Hip&Leg ayana.S				15:00~16:00 Basic ayana.S	15:00~16:00 Hip Punch Uka	
			17:30~18:30 Pilates Workout Kalia				17:30~18:30 Hip&Leg ayana.S	
				18:00~19:00 Hip&Leg ayana.S	18:00~19:00 Shape up Waist mai.K	18:00~19:00 Body Balance mai.K		
				19:30~20:30 Release&Strength mai.K	19:30~20:30 Stretch & Conditioning Uka	19:30~20:30 Basic ayana.S		
				21:00~22:00 Basic ayana.S	21:00~22:00 Body Balance mai.K	21:00~22:00 Waist 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【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月21日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30~11:30 Body Balance mai.K	10:30~11:30 Basic ayana.S	10:30~11:30 Power up Control Kanna	10:30~11:30 Shape up Waist U.	10:30~11:30 Back&Arm Yoko.y	10:30~11:30 Waist mai.K	close
	12:00~13:00 Shape up Waist mai.K	12:30~13:30 Release&Strength mai.K	12:00~13:00 Basic ayana.S	12:00~13:00 Waist Yoko.Y	12:00~13:00 Basic ayana.S	12:00~13:00 Pilates Cardio maari	
	13:30~14:30 Hip&Leg ayana.S		13:30~14:30 Style up pilates Kanna	13:30~14:30 Jump to Burn Uka	13:30~14:30 Hip Punch Uka	13:30~14:30 Release&Strength mai.K	
					15:00~16:00 Hip&Leg ayana.S	15:00~16:00 Jump to Burn maari	
					17:30~18:30 Waist Yoko.y		
	18:00~19:00 Pilates Barre Kalia	18:00~19:00 Pilates Cardio nagisa	18:00~19:00 Hip&Leg ayana.S	18:00~19:00 Power up Control yui.K			
	19:30~20:30 Hip&Leg ayana.S	19:30~20:30 Waist mai.K	19:30~20:30 Body Balance mai.K	19:30~20:30 Back&Arm yui.K			
	21:00~22:00 Pilates Workout Kalia	21:00~22:00 Back&Arm nagisa	21:00~22:00 Shape up Waist mai.K	21:00~22:00 Basic Yoko.y			

渋谷店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30~11:30 Hip&Leg ayana.S	10:30~11:30 Back&Arm Yoko.y	10:30~11:30 Pilates Barre Kalia	10:30~11:30 Waist Yoko.Y
12:00~13:00 Release&Strength mai.K	12:30~13:30 Basic ayana.S	12:00~13:00 Hip&Leg Yoko.Y	12:00~13:00 Back&Arm Yoko.Y
13:30~14:30 Basic ayana.S		13:30~14:30 Pilates Workout Kalia	13:30~14:30 Body Balance mai.K
18:00~19:00 Back&Arm Yoko.Y	18:00~19:00 Shape up Waist mai.K	18:00~19:00 Release&Strength mai.K	18:00~19:00 Hip&Leg ayana.S
19:30~20:30 Hip Punch Uka	19:30~20:30 Power up Control yui.K	19:30~20:30 Basic ayana.S	19:30~20:30 Shape up Waist mai.K
21:00~22:00 Basic Yoko.Y	21:00~22:00 Hip&Leg yui.K	21:00~22:00 Body Balance mai.K	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客様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)