

立川店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月15日更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 Basic natsumi.N	10:30~11:30 Pilates Barre yoko.y	10:30~11:30 Hip&Leg natsumi.N	10:30~11:30 Pilates Cardio Riri	10:30~11:30 Release&Strength Ayumi.S	10:30~11:30 Reset Flow Mika.N	close	10:30~11:30 Waist Rico.S
12:00~13:00 Waist yoko.y	12:00~13:00 Hip&Leg natsumi.N	12:00~13:00 Stretch & Conditioning runa.m	12:00~13:00 Basic yoko.y	12:00~13:00 Advance Hitomi	12:00~13:00 Back&Arm yoko.y		12:00~13:00 Power up Control Riri
13:30~14:30 Back&Arm natsumi.N	13:30~14:30 Waist yoko.y	13:30~14:30 Basic natsumi.N	13:30~14:30 Body Balance Riri	13:30~14:30 Hip&Leg Ayumi.S	13:30~14:30 Pilates Workout Riri		13:30~14:30 Basic Rico.S
15:00~16:00 Pilates Barre yoko.y		15:00~16:00 Hip&Leg runa.m		15:00~16:00 Animal Stretch Riri	15:00~16:00 Release&Strength Mika.N		15:00~16:00 Hip Punch Riri
				16:30~17:30 Basic yoko.y	16:30~17:30 Hip&Leg yoko.y		
18:00~19:00 Back&Arm runa.m	18:00~19:00 Basic runa.m	18:00~19:00 Release&Strength Mika.N	18:00~19:00 Hip&Leg natsumi.N	18:00~19:00 Waist yoko.y	18:00~19:00 Basic yoko.y		18:00~19:00 Pilates Barre yoko.y
19:30~20:30 Stretch & Conditioning runa.m	19:30~20:30 Back&Arm runa.m	19:30~20:30 Basic natsumi.N	19:30~20:30 Waist yoko.y	19:30~20:30 Jump to Burn Riri			19:30~20:30 Basic yoko.y
21:00~22:00 Reset Flow Mika.N	21:00~22:00 Power up Control Riri	21:00~22:00 Shape up Waist Mika.N	21:00~22:00 Pilates Barre yoko.y				21:00~22:00 Hip&Leg natsumi.N

立川店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Body Balance Riri	10:30~11:30 Basic yoko.y	10:30~11:30 Shape up Waist Mika.N	10:30~11:30 Reset Flow Mika.N	10:30~11:30 Basic runa.m	close	10:30~11:30 Advance Riri	10:30~11:30 Stretch & Conditioning runa.m
12:00~13:00 Waist Mika.N	12:00~13:00 Stretch & Conditioning runa.m	12:00~13:00 Pilates Barre Mika.N	12:00~13:00 Stretch & Conditioning runa.m	12:00~13:00 Jump to Burn mizuki.H		12:00~13:00 Basic runa.m	12:00~13:00 Back&Arm runa.m
13:30~14:30 Pilates Cardio Riri	13:30~14:30 Pilates Barre yoko.y	13:30~14:30 Stretch & Conditioning runa.m	13:30~14:30 Back&Arm runa.m	13:30~14:30 Waist yoko.y		13:30~14:30 Back&Spine Riri	13:30~14:30 Hip&Leg natsumi.N
	15:00~16:00 Shape up Waist Mika.N		15:00~16:00 Hip&Leg natsumi.N	15:00~16:00 Back&Spine mizuki.H		15:00~16:00 Back&Arm runa.m	
			16:30~17:30 Advance Riri	16:30~17:30 Back&Arm runa.m			
18:00~19:00 Stretch & Conditioning runa.m	18:00~19:00 Hip Punch Hitomi	18:00~19:00 Back&Arm runa.m	18:00~19:00 Basic natsumi.N	18:00~19:00 Hip&Leg natsumi.N		18:00~19:00 Waist Mika.N	18:00~19:00 Release&Strength Mika.N
19:30~20:30 Back&Arm yoko.y	19:30~20:30 Hip&Leg natsumi.N	19:30~20:30 Pilates Workout Riri	19:30~20:30 Back&Spine Riri			19:30~20:30 Pilates Cardio Riri	19:30~20:30 Shape up Waist Mika.N
21:00~22:00 Basic natsumi.N	21:00~22:00 Back&Arm natsumi.N	21:00~22:00 Animal Stretch Riri				21:00~22:00 Reset Flow Mika.N	21:00~22:00 Pilates Barre yoko.y

👉: 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。

立川店【4月17日～24日スケジュール】

2025年3月15日更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
10:30~11:30 Back&Arm natsumi.N	10:30~11:30 Release&Strength Mika.N	10:30~11:30 Hip&Leg runa.m	10:30~11:30 Pilates Workout Riri	close	10:30~11:30 Body Balance Riri	10:30~11:30 Basic yukika	10:30~11:30 Stretch & Conditioning runa.m
12:00~13:00 Waist yoko.y	12:00~13:00 Shape up Waist Mika.N	12:00~13:00 Back&Arm runa.m	12:00~13:00 Basic natsumi.N		12:00~13:00 Back&Arm natsumi.N	12:00~13:00 Back&Spine Riri	12:00~13:00 Hip Punch Ayumi.S
13:30~14:30 Basic yoko.y	13:30~14:30 Waist yoko.y	13:30~14:30 Basic natsumi.N	13:30~14:30 Stretch & Conditioning runa.m		13:30~14:30 Waist Riri	13:30~14:30 Jump to Burn Riri	13:30~14:30 Hip&Leg Ayumi.S
15:00~16:00 Animal Stretch Riri		15:00~16:00 Hip Punch Riri	15:00~16:00 Power up Control Riri		15:00~16:00 Basic natsumi.N		15:00~16:00 Body Balance 未確定
		16:30~17:30 Hip&Leg natsumi.N	16:30~17:30 Basic natsumi.N				
18:00~19:00 Power up Control Hitomi	18:00~19:00 Jump to Burn Riri	18:00~19:00 Back&Spine Riri	18:00~19:00 Back&Arm runa.m		18:00~19:00 Pilates Workout Riri	18:00~19:00 Basic natsumi.N	18:00~19:00 Back&Arm natsumi.N
19:30~20:30 Back&Spine Riri	19:30~20:30 Body Balance Riri	19:30~20:30 Basic natsumi.N			19:30~20:30 Stretch & Conditioning runa.m	19:30~20:30 Advance Riri	19:30~20:30 Release&Strength Riri
21:00~22:00 Body Balance Riri	21:00~22:00 Stretch & Conditioning runa.m				21:00~22:00 Basic natsumi.N	21:00~22:00 Hip&Leg natsumi.N	21:00~22:00 Pilates Workout Riri

立川店【4月25日～4月30日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Jump to Burn Riri	10:30~11:30 Basic natsumi.N	10:30~11:30 Power up Control Hitomi	close	10:30~11:30 Basic natsumi.N	10:30~11:30 Hip&Leg natsumi.N
12:00~13:00 Advance Riri	12:00~13:00 Waist yoko.y	12:00~13:00 Hip&Leg runa.m		12:00~13:00 Body Balance runa.m	12:00~13:00 Basic natsumi.N
13:30~14:30 Basic natsumi.N	13:30~14:30 Shape up Waist Mika.N	13:30~14:30 Basic runa.m		13:30~14:30 Hip&Leg natsumi.N	13:30~14:30 Body Balance Riri
	15:00~16:00 Back&Arm natsumi.N	15:00~16:00 Reset Flow Mika.N		15:00~16:00 Hip Punch Riri	
	16:30~17:30 Body Balance yoko.y	16:30~17:30 Jump to Burn mizuki.H		16:30~17:30 Stretch & Conditioning runa.m	
18:00~19:00 Reset Flow Mika.N	18:00~19:00 Release&Strength Mika.N	18:00~19:00 Back&Spine mizuki.H		18:00~19:00 Pilates Cardio Riri	18:00~19:00 Stretch & Conditioning runa.m
19:30~20:30 Animal Stretch Mika.N	19:30~20:30 Pilates Barre Mika.N			19:30~20:30 Hip&Leg runa.m	19:30~20:30 Reset Flow Mika.N
21:00~22:00 Body Balance yoko.y					21:00~22:00 Animal Stretch Mika.N

👉: 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)