

西梅田店【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 Hip&Leg 📌 Mikiko.N	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Natsuho	10:30~11:30 Pilates Cardio Natsuho	close	10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Mikiko.N	10:30~11:30 Pilates Cardio Natsuho
		12:00~13:00 Release&Strength Kei	12:00~13:00 Hip&Leg 📌 Mikiko.N	12:00~13:00 Waist 📌 Ikumi.S		12:30~13:30 Back&Arm 📌 Yuna	12:30~13:30 Pilates Barre Ikumi.S
		13:30~14:30 Basic 📌 Mikiko.N	13:30~14:30 Pilates Barre Natsuho	13:30~14:30 Hip&Leg 📌 Mikiko.N			
		15:00~16:00 Shape up Waist Kei	15:00~16:00 Stretch & Conditioning 📌 Ikumi.S	15:00~16:00 Basic 📌 Ikumi.S			
		17:30~18:30 Waist 📌 Ikumi.S	17:30~18:30 Basic 📌 Mikiko.N				
					19:30~20:30 Jump to Burn Yuna	19:30~20:30 Shape up Waist Kei	
					21:00~22:00 Stretch & Conditioning 📌 Mikiko.N	21:00~22:00 Hip&Leg 📌 Mikiko.N	

西梅田店【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 Jump to Burn Yuna	10:30~11:30 Stretch & Conditioning 📌 Ikumi.S	10:30~11:30 Style up pilates Natsuho	close	10:30~11:30 Basic 📌 Mikiko.N	10:30~11:30 Waist 📌 Ikumi.S		
	12:30~13:30 Basic 📌 Mikiko.N	12:00~13:00 Hip&Leg 📌 Mikiko.N	12:00~13:00 Jump to Burn Yuna		12:30~13:30 Stretch & Conditioning 📌 Ikumi.S	12:30~13:30 Jump to Burn Yuna		
		13:30~14:30 Waist 📌 Ikumi.S	13:30~14:30 Pilates Barre Ikumi.S					
		15:00~16:00 Basic 📌 Mikiko.N	15:00~16:00 Waist 📌 Yuna					
		17:30~18:30 Jump to Burn Yuna						
18:00~19:00 Back&Arm 📌 Yuna	18:00~19:00 Style up pilates Natsuho					18:00~19:00 Back&Arm 📌 Yuna	18:00~19:00 Shape up Waist Kei	18:00~19:00 Stretch & Conditioning 📌 Ikumi.S
19:30~20:30 Pilates Barre Ikumi.S	19:30~20:30 Hip&Leg 📌 Mikiko.N					19:30~20:30 Waist 📌 Yuna	19:30~20:30 Release&Strength Kei	19:30~20:30 Basic 📌 Ikumi.S
21:00~22:00 Pilates Cardio Yuna	21:00~22:00 Back&Arm 📌 Natsuho					21:00~22:00 Pilates Cardio Natsuho	21:00~22:00 Pilates Barre Natsuho	21:00~22:00 Waist 📌 Yuna

- 📌：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。

西梅田店【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 Pilates Cardio Natsuho	10:30~11:30 Pilates Barre Ikumi.S	10:30~11:30 Basic 🍃 Mikiko.N	close	10:30~11:30 Shape up Waist Kei	10:30~11:30 Jump to Burn Yuna		10:30~11:30 Waist 🍃 Ikumi.S
12:30~13:30 Hip&Leg 🍃 Mikiko.N	12:00~13:00 Waist 🍃 Yuna	12:00~13:00 Pilates Cardio Natsuho		12:30~13:30 Back&Arm 🍃 Natsuho	12:30~13:30 Hip&Leg 🍃 Natsuho		12:30~13:30 Shape up Waist Kei
	13:30~14:30 Jump to Burn Kei	13:30~14:30 Waist 🍃 Yuna					
	15:00~16:00 Back&Arm 🍃 Yuna	15:00~16:00 Hip&Leg 🍃 Mikiko.N					
	17:30~18:30 Release&Strength Kei						
18:00~19:00 Back&Arm 🍃 Yuna				18:00~19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Yuna	18:00~19:00 Basic 🍃 Ikumi.S	18:00~19:00 Pilates Cardio Natsuho	18:00~19:00 Hip&Leg 🍃 Natsuho
19:30~20:30 Stretch & Conditioning 🍃 Mikiko.N				19:30~20:30 Pilates Barre Ikumi.S	19:30~20:30 Style up pilates Natsuho	19:30~20:30 Waist 🍃 Ikumi.S	19:30~20:30 Basic 🍃 Ikumi.S
21:00~22:00 Jump to Burn Yuna				21:00~22:00 Basic 🍃 Yuna	21:00~22:00 Waist 🍃 Ikumi.S	21:00~22:00 Hip&Leg 🍃 Natsuho	21:00~22:00 Style up pilates Natsuho

西梅田店【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 Shape up Waist Kei	10:30~11:30 Back&Arm 🍃 Natsuho	close	10:30~11:30 Waist 🍃 Yuna	10:30~11:30 Basic 🍃 Ikumi.S		10:30~11:30 Back&Arm 🍃 Yuna
12:00~13:00 Pilates Barre Natsuho	12:00~13:00 Basic 🍃 Ikumi.S		12:30~13:30 Basic 🍃 Ikumi.S	12:30~13:30 Jump to Burn Yuna		12:30~13:30 Style up pilates Natsuho
13:30~14:30 Pilates Cardio Yuna	13:30~14:30 Pilates Barre Natsuho					
15:00~16:00 Hip&Leg 🍃 Kei	15:00~16:00 Jump to Burn Yuna					
17:30~18:30 Back&Arm 🍃 Yuna						
			18:00~19:00 Release&Strength Kei	18:00~19:00 Back&Arm 🍃 Natsuho	18:00~19:00 Pilates Barre Natsuho	18:00~19:00 Pilates Cardio Kei
			19:30~20:30 Style up pilates Natsuho	19:30~20:30 Waist 🍃 Yuna	19:30~20:30 Jump to Burn Yuna	19:30~20:30 Pilates Barre Ikumi.S
			21:00~22:00 Shape up Waist Kei	21:00~22:00 Pilates Cardio Natsuho	21:00~22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Ikumi.S	21:00~22:00 Hip&Leg 🍃 Natsuho

🍃 : 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）