

西梅田店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月15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<br>Waist<br>Yuna               | 10:30~11:30<br>Pilates Cardio<br>Natsuho | close | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>Kei                    | 10:30~11:30<br>Jump to Burn<br>Yuna     |                                  | 10:30~11:30<br>Style up pilates<br>Natsuho | 10:30~11:30<br>Pilates Barre<br>Natsuho          |                                     |
| 12:00~13:00<br>Hip&Leg<br>Natsuho          | 12:00~13:00<br>Release&Strength<br>Kei   |       | 12:30~13:30<br>Back&Arm<br>Yuna                  | 12:30~13:30<br>Pilates Barre<br>Ikumi.S |                                  | 12:30~13:30<br>Shape up Waist<br>Kei       | 12:00~13:00<br>Basic<br>Yuna                     |                                     |
| 13:30~14:30<br>Jump to Burn<br>Yuna        | 13:30~14:30<br>Basic<br>Yuna             |       |  |   |                                  |  | 13:30~14:30<br>Stretch & Conditioning<br>Ikumi.S |                                     |
| 15:00~16:00<br>Style up pilates<br>Natsuho | 15:00~16:00<br>Back&Spine<br>Kei         |       |  |   |                                  |  | 15:00~16:00<br>Back&Spine<br>Kei                 |                                     |
|  |  |       |  |   |                                  |  |  |                                     |
| 17:30~18:30<br>Pilates Barre<br>Ikumi.S    |  |       |  |   |                                  |  |  | 17:30~18:30<br>Pilates Cardio<br>未定 |
|  |  |       |  | 18:00~19:00<br>Basic<br>Ikumi.S         | 18:00~19:00<br>Back&Spine<br>Kei | 18:00~19:00<br>Style up pilates<br>Natsuho | 18:00~19:00<br>Back&Arm<br>Yuna                  |                                     |
|  |  |       |  | 19:30~20:30<br>Shape up Waist<br>Kei    | 19:30~20:30<br>Basic<br>Ikumi.S  | 19:30~20:30<br>Pilates Cardio<br>未定        | 19:30~20:30<br>Waist<br>Yuna                     |                                     |
|  |  |       | 21:00~22:00<br>Stretch & Conditioning<br>Ikumi.S | 21:00~22:00<br>Hip&Leg<br>Kei           | 21:00~22:00<br>Basic<br>Ikumi.S  | 21:00~22:00<br>Pilates Barre<br>Ikumi.S    |  |                                     |

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

- 👉: 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。

西梅田店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月15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<br>Pilates Barre<br>Ikumi.S    | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>Natsuho       |                                     | 10:30~11:30<br>Pilates Cardio<br>未定 | 10:30~11:30<br>Basic<br>Ikumi.S            | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>Natsuho          |       |
|       | 12:30~13:30<br>Shape up Waist<br>未定        | 12:30~13:30<br>Basic<br>Ikumi.S         |                                     | 12:30~13:30<br>Hip&Leg<br>Kei       | 12:00~13:00<br>Style up pilates<br>Natsuho | 12:00~13:00<br>Pilates Cardio<br>未定        |       |
|       |  |   |                                     |                                     | 13:30~14:30<br>Pilates Cardio<br>Kei       | 13:30~14:30<br>Style up pilates<br>Natsuho |       |
|       |  |   |                                     |                                     | 15:00~16:00<br>Jump to Burn<br>Yuna        | 15:00~16:00<br>Waist<br>Yuna               |       |
|       |  |   |                                     |                                     | 17:30~18:30<br>Hip&Leg<br>Kei              |  |       |
|       | 18:00~19:00<br>Pilates Cardio<br>Yuna      | 18:00~19:00<br>Release&Strength<br>Kei  | 18:00~19:00<br>Back&Arm<br>Natsuho  | 18:00~19:00<br>Basic<br>Ikumi.S     |  |  |       |
|       | 19:30~20:30<br>Style up pilates<br>Natsuho | 19:30~20:30<br>Pilates Barre<br>Ikumi.S | 19:30~20:30<br>Shape up Waist<br>未定 | 19:30~20:30<br>Back&Spine<br>Kei    |  |  |       |
|       | 21:00~22:00<br>Back&Arm<br>Yuna            | 21:00~22:00<br>Back&Spine<br>Kei        | 21:00~22:00<br>Jump to Burn<br>Yuna | 21:00~22:00<br>Waist<br>Ikumi.S     |  |  |       |
|       |  |   |                                     |                                     |  |  |       |

西梅田店【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<br>Back&Arm<br>Natsuho         | 10:30~11:30<br>Basic<br>Yuna                        |  | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>Natsuho       |
| 12:30~13:30<br>Style up pilates<br>Natsuho | 12:30~13:30<br>Back&Spine<br>Kei                    |  | 12:30~13:30<br>Pilates Barre<br>Ikumi.S |
|  |   |  |   |
|  |   |  |   |
| 18:00~19:00<br>Back&Spine<br>Kei           | 18:00~19:00<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Ikumi.S | 18:00~19:00<br>Basic<br>Ikumi.S            | 18:00~19:00<br>Shape up Waist<br>未定     |
| 19:30~20:30<br>Basic<br>Yuna               | 19:30~20:30<br>Pilates Cardio<br>Natsuho            | 19:30~20:30<br>Waist<br>Ikumi.S            | 19:30~20:30<br>Jump to Burn<br>Kei      |
| 21:00~22:00<br>Jump to Burn<br>Yuna        | 21:00~22:00<br>Waist<br>Ikumi.S                     | 21:00~22:00<br>Style up pilates<br>Natsuho | 21:00~22:00<br>Release&Strength<br>未定   |

👉 : 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）