

西梅田店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年4月15日更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30~11:30 Basic Ikumi.S	10:30~11:30 Shape up Waist Natsuho	10:30~11:30 Jump to Burn Yuna	close	10:30~11:30 Pilates Cardio Natsuho	10:30~11:30 Back&Spine Sakura.M	
	12:30~13:30 Pilates Cardio Yuna	12:00~13:00 Pilates Cardio Yuna	12:00~13:00 Stretch & Conditioning Ikumi.S		12:30~13:00 Waist Yuna	12:30~13:30 Back&Arm Natsuho	
		13:30~14:30 Basic Ikumi.S	13:30~14:30 Back&Spine Yuna		13:30~14:30 Pilates Workout Amau.H		
		15:00~16:00 Hip&Leg Natsuho	15:00~16:00 Pilates Barre Ikumi.S		15:00~16:00 Basic Yuna		
		17:30~18:30 Waist Yuna			17:30~18:30 Hip&Leg Amau.H		
18:00~19:00 Waist Yuna	18:00~19:00 Release&Strength Ikumi.S					18:00~19:00 Waist Ikumi.S	18:00~19:00 Back&Arm Natsuho
19:30~20:30 Pilates Workout Amau.H	19:30~20:30 Hip&Leg Natsuho					19:30~20:30 Body Balance Sakura.M	19:30~20:30 Pilates Barre Ikumi.S
21:00~22:00 Back&Spine Yuna	21:00~22:00 Pilates Barre Natsuho					21:00~22:00 Stretch & Conditioning Ikumi.S	21:00~22:00 Hip&Leg Natsuho

西梅田店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30~11:30 Hip&Leg Natsuho	10:30~11:30 Back&Spine Yuna	10:30~11:30 Pilates Cardio Natsuho	close	10:30~11:30 Pilates Workout Amau.H	10:30~11:30 Waist Ikumi.S		10:30~11:30 Pilates Barre Ikumi.S	
12:30~13:30 Body Balance 未定	12:30~13:00 Hip&Leg Natsuho	12:00~13:00 Release&Strength Ikumi.S		12:30~13:30 Release&Strength Ikumi.S	12:30~13:30 Jump to Burn Yuna		12:30~13:30 Shape up Waist momo.O	
	13:30~14:30 Pilates Cardio Yuna	13:30~14:30 Basic Natsuho						
	15:00~16:00 Shape up Waist Natsuho	15:00~16:00 Body Balance 未定						
	17:30~18:30 Jump to Burn Yuna							
18:00~19:00 Jump to Burn Yuna					18:00~19:00 Pilates Workout Amau.H	18:00~19:00 Body Balance 未定	18:00~19:00 Pilates Cardio Yuna	18:00~19:00 Hip&Leg momo.O
19:30~20:30 Release&Strength Ikumi.S					19:30~20:30 Back&Spine Yuna	19:30~20:30 Shape up Waist Sakura.M	19:30~20:30 Back&Arm Natsuho	19:30~20:30 Stretch & Conditioning Ikumi.S
21:00~22:00 Pilates Cardio Yuna					21:00~22:00 Waist Yuna	21:00~22:00 Basic Sakura.M	21:00~22:00 Back&Spine Yuna	21:00~22:00 Body Balance 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【5月17日～5月24日スケジュール】

2025年4月15日更新

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 Body Balance 未定	close	close	10:30~11:30 Basic Nagi.m	10:30~11:30 Pilates Cardio Natsuho		10:30~11:30 Back&Arm Natsuho	10:30~11:30 Hip&Leg Natsuho	
12:00~13:00 Waist Nagi.m			12:30~13:30 Body Balance 未定	12:30~13:30 Back&Spine Sakura.M		12:30~13:30 Hip&Leg Natsuho	12:00~13:00 Jump to Burn Yuna	
13:30~14:30 Pilates Barre Ikumi.S							13:30~14:30 Waist Yuna	
15:00~16:00 Basic Nagi.m							15:00~16:00 Body Balance 未定	
17:30~18:30 Release&Strength Ikumi.S							17:30~18:30 Shape up Waist Natsuho	
					18:00~19:00 Pilates Barre Natsuho	18:00~19:00 Back&Arm Amau.H	18:00~19:00 Hip&Leg Natsuho	18:00~19:00 Back&Spine Yuna
					19:30~20:30 Waist Nagi.m	19:30~20:30 Hip&Leg Natsuho	19:30~20:30 Jump to Burn Yuna	19:30~20:30 Basic 未定
					21:00~22:00 Shape up Waist Natsuho	21:00~22:00 Pilates Workout Amau.H	21:00~22:00 Back&Arm Natsuho	21:00~22:00 Waist Yuna

西梅田店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31	
日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 Shape up Waist Natsuho	close	10:30~11:30 Waist Ikumi.S	10:30~11:30 Basic Maho.F		10:30~11:30 Stretch & Conditioning Ikumi.S	10:30~11:30 Pilates Cardio Yuna	
12:00~13:00 Basic 未定		12:30~13:30 Pilates Workout 未定	12:30~13:30 Pilates Barre Ikumi.S		12:30~13:30 Basic 未定	12:00~13:00 Hip&Leg Natsuho	
13:30~14:30 Pilates Barre Natsuho						13:30~14:30 Pilates Workout 未定	
15:00~16:00 Basic 未定						15:00~16:00 Basic 未定	
						17:30~18:30 Back&Spine Yuna	
			18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Shape up Waist Natsuho	18:00~19:00 Body Balance 未定	18:00~19:00 Back&Arm Yuna	
			19:30~20:30 Pilates Cardio Yuna	19:30~20:30 Waist Ikumi.S	19:30~20:30 Pilates Barre Ikumi.S	19:30~20:30 Shape up Waist Natsuho	
			21:00~22:00 Release&Strength momo.O	21:00~22:00 Hip&Leg Natsuho	21:00~22:00 Basic 未定	21:00~22:00 Jump to Burn Yuna	

：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）