

ゆめタウン姫路店【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 Waist Ayari	10:30~11:30 Basic Ai		10:30~11:30 Stretch & Conditioning Ai	10:30~11:30 Basic nanami	10:30~11:30 Hip&Leg Ayari	close	10:30~11:30 Hip&Leg Ayari
12:30~13:30 Back&Arm Ayari	12:30~13:30 Hip&Leg 未確定		12:30~13:30 Basic nanami	12:00~13:00 Back&Arm Ayari	12:30~13:30 Basic Nozomi		12:30~13:30 Stretch & Conditioning Ai
				13:30~14:30 Release&Strength nanami	14:30~15:30 Stretch & Conditioning Ai		
				15:00~16:00 Basic Ai	16:30~17:30 Waist Ayari		
				17:30~18:30 Hip&Leg Ayari			
18:00~19:00 Basic Nozomi	18:00~19:00 Release&Strength nanami	18:00~19:00 Basic Nozomi	18:00~19:00 Waist Ayari				18:00~19:00 Release&Strength nanami
19:30~20:30 Stretch & Conditioning Ai	19:30~20:30 Basic Nozomi	19:30~20:30 Waist Ayari	19:30~20:30 Basic Nozomi				19:30~20:30 Basic Nozomi
21:00~22:00 Basic Nozomi	21:00~22:00 Hip&Leg nanami	21:00~22:00 Basic Nozomi	21:00~22:00 Back&Arm Ayari			21:00~22:00 Waist nanami	

ゆめタウン姫路店【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 Stretch & Conditioning Ai		10:30~11:30 Basic Nozomi	10:30~11:30 Release&Strength nanami	10:30~11:30 Basic Nozomi	close	10:30~11:30 Back&Arm Ayari	10:30~11:30 Basic nanami
12:30~13:30 Waist nanami		12:30~13:30 Back&Arm Ayari	12:00~13:00 Basic Nozomi	12:30~13:30 Waist Ayari		12:30~13:30 Waist Ayari	12:30~13:30 Release&Strength nanami
			13:30~14:30 Hip&Leg Ayari	14:30~15:30 Basic Nozomi			
			15:00~16:00 Basic Nozomi	16:30~17:30 Back&Arm nanami			
			17:30~18:30 Waist Ayari				
18:00~19:00 Basic Nozomi	18:00~19:00 Basic Nozomi	18:00~19:00 Stretch & Conditioning nanami				18:00~19:00 Basic Nozomi	18:00~19:00 Back&Arm Ayari
19:30~20:30 Hip&Leg nanami	19:30~20:30 Back&Arm Ayari	19:30~20:30 Basic Ayari				19:30~20:30 Hip&Leg nanami	19:30~20:30 Basic Nozomi
21:00~22:00 Basic Nozomi	21:00~22:00 Basic Nozomi	21:00~22:00 Waist nanami			21:00~22:00 Basic Nozomi	21:00~22:00 Waist Ayari	

・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。

ゆめタウン姫路店【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 Hip&Leg Ayari	10:30~11:30 Waist nanami	10:30~11:30 Back&Arm Ayari	close	10:30~11:30 Basic Nozomi	10:30~11:30 Hip&Leg Ayari	
	12:30~13:30 Basic Nozomi	12:00~13:00 Hip&Leg Ayari	12:30~13:30 Basic Nozomi		12:30~13:30 Stretch & Conditioning nanami	12:30~13:30 Basic Nozomi	
		13:30~14:30 Basic Nozomi	14:30~15:30 Waist Ayari				
		15:00~16:00 Back&Arm Ayari	16:30~17:30 Hip&Leg nanami				
		17:30~18:30 Basic Nozomi					
18:00~19:00 Basic Nozomi	18:00~19:00 Release&Strength nanami				18:00~19:00 Hip&Leg nanami	18:00~19:00 Basic Nozomi	18:00~19:00 Waist nanami
19:30~20:30 Hip&Leg Ayari	19:30~20:30 Waist nanami				19:30~20:30 Basic nanami	19:30~20:30 Release&Strength nanami	19:30~20:30 Basic Nozomi
21:00~22:00 Basic Nozomi	21:00~22:00 Basic nanami				21:00~22:00 Back&Arm nanami	21:00~22:00 Basic Nozomi	21:00~22:00 Hip&Leg nanami

ゆめタウン姫路店【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 Basic Nozomi	10:30~11:30 Back&Arm Ayari	10:30~11:30 Release&Strength nanami	close	10:30~11:30 Waist Ayari	10:30~11:30 Basic Nozomi
12:30~13:30 Back&Arm 未確定	12:00~13:00 Basic nanami	12:30~13:30 Waist Ayari		12:00~13:00 Basic Nozomi	12:30~13:30 Hip&Leg Ayari
	13:30~14:30 Hip&Leg Ayari	14:30~15:30 Back&Arm nanami		13:30~14:30 Hip&Leg nanami	
	15:00~16:00 Waist nanami	16:30~17:30 Basic Ayari		15:00~16:00 Basic Nozomi	
	17:30~18:30 Basic nanami			17:30~18:30 Back&Arm nanami	
18:00~19:00 Basic Ayari					18:00~19:00 Back&Arm nanami
19:30~20:30 Back&Arm nanami					19:30~20:30 Basic nanami
21:00~22:00 Waist Ayari					21:00~22:00 Waist Ayari

：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）