

八尾店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年12月15日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30 Hip&Leg Mikiko.N	close	10:30~11:30 Basic Momoka.U	10:30~11:30 Back&Arm Ryo		10:30~11:30 Basic Momoka.U	10:30~11:30 Jump to Burn Reina	10:30~11:30 Basic Mikiko.N
12:00~13:00 Back&Arm Ryo		12:30~13:30 Hip&Leg Ryo	12:30~13:30 Style up pilates Reina		12:30~13:30 Advance (members only) Reina	12:00~13:00 Basic Momoka.U	12:00~13:00 Pilates Barre Reina
13:30~14:30 Basic Mikiko.N						13:30~14:30 Style up pilates Reina	13:30~14:30 Hip&Leg Mikiko.N
15:00~16:00 Shape up Waist (members only) Ryo						15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Ryo	15:00~16:00 Release&Strength Reina
						17:30~18:30 Basic Momoka.U	
			18:00~19:00 Basic Momoka.U	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Ryo	18:00~19:00 Pilates Cardio On	18:00~19:00 Basic Momoka.U	
			19:30~20:30 Waist Reina	19:30~20:30 Basic Momoka.U	19:30~20:30 Back&Arm Ryo	19:30~20:30 Shape up Waist (members only) Ryo	
			21:00~22:00 Pilates Barre Reina	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Ryo	21:00~22:00 Basic Momoka.U	21:00~22:00 Hip&Leg Ryo	

八尾店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30~11:30 Release&Strength Reina	10:30~11:30 Jump to Burn Reina		10:30~11:30 Hip&Leg Ryo	10:30~11:30 Basic Momoka.U	10:30~11:30 Hip&Leg Ryo	close
	12:30~13:30 Basic Momoka.U	12:30~13:30 Stretch & Conditioning Ryo		12:30~13:30 Basic Momoka.U	12:00~13:00 Pilates Barre Reina	12:00~13:00 Basic Momoka.U	
					13:30~14:30 Waist sp Xmas Reina	13:30~14:30 Stretch & Conditioning Ryo	
					15:00~16:00 Basic Momoka.U	15:00~16:00 Shape up Waist (members only) Ryo	
					17:30~18:30 Release&Strength Reina		
		18:00~19:00 Shape up Waist (members only) Ryo	18:00~19:00 Hip&Leg Ryo	18:00~19:00 Basic Reina	18:00~19:00 Waist sp Xmas Reina		
		19:30~20:30 Style up pilates Reina	19:30~20:30 Back&Arm Ryo	19:30~20:30 Pilates Cardio Miho	19:30~20:30 Release&Strength Reina		
		21:00~22:00 Back&Arm Ryo	21:00~22:00 Basic Momoka.U	21:00~22:00 Waist sp Xmas Reina	21:00~22:00 Basic Momoka.U		

：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。

八尾店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年12月15日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 Hip&Leg Ryo	10:30～11:30 Advance (members only) Reina		10:30～11:30 Back&Arm Ryo	10:30～11:30 Style up pilates Reina	10:30～11:30 Basic Momoka.U	close	10:30～11:30 Advance (members only) Reina
12:30～13:30 Jump to Burn Reina	12:30～13:30 Basic Momoka.U		12:30～13:30 Pilates Barre Reina	12:00～1300 Back&Arm Ryo	12:00～1300 Waist sp Xmas Momoka.U		12:30～13:30 Basic Momoka.U
				13:30～14:30 Basic Momoka.U	13:30～14:30 Shape up Waist (members only) Ryo		
				15:00～16:00 Stretch & Conditioning Ryo	15:00～16:00 Style up pilates Reina		
				17:30～18:30 Advance (members only) Reina			
18:00～19:00 Back&Arm Ayume.K	18:00～19:00 Basic Momoka.U	18:00～19:00 Waist sp Xmas Reina	18:00～19:00 Basic Momoka.U				18:00～19:00 Release&Strength On
19:30～20:30 Basic Momoka.U	19:30～20:30 Shape up Waist (members only) Ryo	19:30～20:30 Basic Ryo	19:30～20:30 Pilates Workout (members only) Ryo				19:30～20:30 Waist sp Xmas Momoka.U
21:00～22:00 Waist sp Xmas Reina	21:00～22:00 Hip&Leg Ryo	21:00～22:00 Style up pilates Reina	21:00～22:00 Waist sp Xmas Momoka.U				21:00～22:00 Pilates Cardio On

八尾店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 Release&Strength On		10:30～11:30 Shape up Waist (members only) Ryo	10:30～11:30 Basic Ryo	10:30～11:30 Back&Arm Ryo	close	close
12:30～13:30 Pilates Cardio On		12:30～13:30 Back&Arm Ryo	12:00～13:00 Jump to Burn On	12:00～13:01 Basic Momoka.U		
			13:30～14:30 Hip&Leg Ryo	13:30～14:30 Waist Momoka.U		
			15:00～16:00 Waist On	15:00～16:00 Shape up Waist (members only) Ryo		
			17:30～18:30 Release&Strength On			
18:00～19:00 Waist sp Xmas Reina	18:00～19:00 Basic Momoka.U	18:00～19:00 Pilates Cardio On				
19:30～20:30 Pilates Workout (members only) Ryo	19:30～20:30 Jump to Burn Reina	19:30～20:30 Waist Momoka.U				
21:00～22:00 Basic Momoka.U	21:00～22:00 Hip&Leg Reina	21:00～22:00 Pilates Barre On				

：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）