

厚木ガーデンシティ店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年3月18日更新

| 03/01 | 03/02 | 03/03 | 03/04 | 03/05 | 03/06 | 03/07 | 03/08 | |
|---|---|-------|--------------------------------------|--|--|---|--|--------------------------------|
| 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
| 10:30~11:30 Release&Strength aika.K | 10:30~11:30 Hip&Leg Erika.H | close | 10:30~11:30 Basic Erika.H | 10:30~11:30 Waist Akane | | 10:30~11:30 Release&Strength aika.K | 10:30~11:30 Hip&Leg Erika.H | |
| 12:00~13:00 Shape up Waist Akane | 12:00~13:00 Basic Erika.H | | 12:30~13:30 Waist Akane | 12:30~13:30 Hip&Leg Erika.H | | 12:30~13:30 Back&Arm Erika.H | 12:00~13:00 Jump to Burn aika.K | |
| 13:30~14:30 Waist Akane | 13:30~14:30 Waist Akane | | | | | | 13:30~14:30 Basic Erika.H | |
| 15:00~16:00 Basic aika.K | 15:00~16:00 Pilates Barre Erika.H | | | | | | 15:00~16:00 Body Balance aika.K | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 17:30~18:30 Hip&Leg Akane | | | 17:30~18:30 Jump to Burn Akane | 17:30~18:30 Basic Erika.H | 17:30~18:30 Pilates Barre Erika.H | 17:30~18:30 Pilates Barre Erika.H | 17:30~18:30 Shape up Waist Akane | 17:30~18:30 Waist aika.K |
| | | | 19:00~20:00 Back&Arm Erika.H | 19:00~20:00 Pilates Workout Akane | 19:00~20:00 Waist Akane | 19:00~20:00 Waist Akane | 19:00~20:00 Basic Erika.H | |
| | | | 20:30~21:30 Body Balance Akane | 20:30~21:30 Stretch & Conditioning Erika.H | 20:30~21:30 Stretch & Conditioning Erika.H | 20:30~21:30 Hip&Leg Erika.H | 20:30~21:30 Waist Akane | |

厚木ガーデンシティ店【3月9日～3月16日スケジュール】

| 03/09 | 03/10 | 03/11 | 03/12 | 03/13 | 03/14 | 03/15 | 03/16 | |
|---|-------|----------------------------------|--|---------------------------------------|--------------------------------------|--|--|--|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
| 10:30~11:30 Basic aika.K | close | 10:30~11:30 Hip&Leg aika.K | 10:30~11:30 Back&Arm Erika.H | | 10:30~11:30 Jump to Burn Akane | 10:30~11:30 Basic aika.K | 10:30~11:30 Stretch & Conditioning Erika.H | |
| 12:00~13:00 Hip&Leg Akane | | 12:30~13:30 Basic aika.K | 12:30~13:30 Pilates Barre Erika.H | | 12:30~13:30 Back&Arm Erika.H | 12:00~13:00 Stretch & Conditioning Erika.H | 12:00~13:00 Waist aika.K | |
| 13:30~14:30 Release&Strength aika.K | | | | | | 13:30~14:30 Pilates Barre Erika.H | 13:30~14:30 Hip&Leg aika.K | |
| 15:00~16:00 Pilates Workout Akane | | | | | | 15:00~16:00 Hip&Leg Chihiro.N | 15:00~16:00 Back&Arm Erika.H | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | 17:30~18:30 Waist Akane | 17:30~18:30 Body Balance Akane | 17:30~18:30 Jump to Burn Akane | 17:30~18:30 Basic Erika.H | 17:30~18:30 Jump to Burn aika.K | |
| | | | 19:00~20:00 Stretch & Conditioning Erika.H | 19:00~20:00 Basic aika.K | 19:00~20:00 Hip&Leg Akane | 19:00~20:00 Waist aika.K | | |
| | | | 20:30~21:30 Pilates Barre Erika.H | 20:30~21:30 Jump to Burn aika.K | 20:30~21:30 Waist Akane | 20:30~21:30 Release&Strength aika.K | | |

：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4回に制限されます。

厚木ガーデンシティ店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年3月18日更新

| 03/17 | 03/18 | 03/19 | 03/20 | 03/21 | 03/22 | 03/23 | 03/24 |
|-------|--|---|---|---|---|---|-------|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
| close | 10:30~11:30 Stretch & Conditioning Erika.H | 10:30~11:30 Waist aika.K | 10:30~11:30 Basic Erika.H | 10:30~11:30 Hip&Leg Erika.H | 10:30~11:30 Waist aika.K | 10:30~11:30 Pilates Barre Erika.H | close |
| | 12:30~13:30 Back&Arm Erika.H | 12:30~13:30 Basic aika.K | 12:00~13:00 Release&Strength aika.K | 12:30~13:30 Back&Arm Erika.H | 12:00~13:00 Basic aika.K | 12:00~13:00 Body Balance Akane | |
| | | | 13:30~14:30 Back&Arm Erika.H | | 13:30~14:30 Pilates Workout Akane | 13:30~14:30 Basic Erika.H | |
| | | | 15:00~16:00 Waist aika.K | | 15:00~16:00 Waist aika.K | 15:00~16:00 Jump to Burn Akane | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | 17:30~18:30 Waist Riho.S | 17:30~18:30 Hip&Leg Erika.H | 17:30~18:30 Jump to Burn aika.K | 17:30~18:30 Waist nozomi.K | 17:30~18:30 Shape up Waist Akane | | |
| | 19:00~20:00 Basic Riho.S | 19:00~20:00 Pilates Barre Erika.H | | 19:00~20:00 Jump to Burn aika.K | | | |
| | 20:30~21:30 Pilates Barre Riho.S | 20:30~21:30 Body Balance Wakana | | 20:30~21:30 Pilates Barre Erika.H | | | |

厚木ガーデンシティ店【3月25日～3月31日スケジュール】

| 03/25 | 03/26 | 03/27 | 03/28 | 03/29 | 03/30 | 03/31 |
|--------------------------------------|--|--|---|--|---|-------|
| 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
| 10:30~11:30 Waist Akane | 10:30~11:30 Pilates Barre Erika.H | | 10:30~11:30 Shape up Waist Akane | 10:30~11:30 Stretch & Conditioning Erika.H | 10:30~11:30 Release&Strength aika.K | close |
| 12:30~13:30 Body Balance Akane | 12:30~13:30 Stretch & Conditioning Erika.H | | 12:30~13:30 Basic aika.K | 12:00~13:00 Hip&Leg Chihiro.N | 12:00~13:00 Pilates Workout Akane | |
| | | | | 13:30~14:30 Jump to Burn aika.K | 13:30~14:30 Hip&Leg Chihiro.N | |
| | | | | 15:00~16:00 Back&Arm Erika.H | 15:00~16:00 Basic Erika.H | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| 17:30~18:30 Waist Akane | 17:30~18:30 Jump to Burn Akane | 17:30~18:30 Hip&Leg Chihiro.N | 17:30~18:30 Pilates Barre Erika.H | 17:30~18:30 Waist aika.K | | |
| 19:00~20:00 Hip&Leg Erika.H | 19:00~20:00 Waist aika.K | 19:00~20:00 Body Balance Akane | 19:00~20:00 Release&Strength aika.K | | | |
| 20:30~21:30 Back&Arm Erika.H | 20:30~21:30 Basic aika.K | 20:30~21:30 Shape up Waist Akane | 20:30~21:30 Hip&Leg Erika.H | | | |

：体験可能レッスン
 今日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)