

奈良大安寺店【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 Basic Ai.F	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Ai.F	close	10:30~11:30 Back&Arm mai.M	10:30~11:30 Hip&Leg Lin		10:30~11:30 Pilates Barre moe.K	10:30~11:30 Shape up Waist Lin
12:00~13:00 Jump to Burn moe.K	12:30~13:30 Basic mai.M		12:30~13:30 Waist moe.K	12:30~13:30 Basic Ai.F		12:30~13:30 Hip&Leg Lin	12:00~13:00 Jump to Burn moe.K
13:30~14:30 Stretch & Conditioning Ai.F	14:30~15:30 Back&Arm Ai.F						13:30~14:30 Hip&Leg Lin
15:00~16:00 Waist moe.K	16:30~17:30 Basic mai.M						15:00~16:00 Basic moe.K
17:30~18:30 Pilates Barre moe.K							17:30~18:30 Waist Lin
				18:00~19:00 Hip&Leg Lin	18:00~19:00 Shape up Waist Lin	18:00~19:00 Back&Arm mai.M	18:00~19:00 Basic Ai.F
				19:30~20:30 Basic moe.K	19:30~20:30 Back&Arm Ai.F	19:30~20:30 Stretch & Conditioning Ai.F	19:30~20:30 Back&Arm mai.M
			21:00~22:00 Jump to Burn Lin	21:00~22:00 Pilates Barre moe.K	21:00~22:00 Basic mai.M	21:00~22:00 Stretch & Conditioning Ai.F	

奈良大安寺店【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 Basic mai.M	close	10:30~11:30 Basic Ai.F	10:30~11:30 Waist Lin		10:30~11:30 Jump to Burn moe.K	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Ai.F	10:30~11:30 Shape up Waist Lin
12:30~13:30 Stretch & Conditioning Ai.F		12:00~13:00 Back&Arm mai.M	12:30~13:30 Stretch & Conditioning Ai.F		12:30~13:30 Hip&Leg Lin	12:00~13:00 Pilates Barre moe.K	12:30~13:30 Jump to Burn moe.K
14:30~15:30 Basic mai.M		13:30~14:30 Hip&Leg Lin				13:30~14:30 Basic Ai.F	14:30~15:30 Hip&Leg Lin
16:30~17:30 Back&Arm Ai.F		15:00~16:00 Basic Ai.F				15:00~16:00 Waist moe.K	16:30~17:30 Waist moe.K
			17:30~18:30 Shape up Waist Lin				17:30~18:30 Back&Arm Ai.F
				18:00~19:00 Basic moe.K	18:00~19:00 Pilates Barre Lin	18:00~19:00 Back&Arm Ai.F	
				19:30~20:30 Jump to Burn Lin	19:30~20:30 Stretch & Conditioning Ai.F	19:30~20:30 Shape up Waist moe.K	
			21:00~22:00 Pilates Barre moe.K	21:00~22:00 Hip&Leg Lin	21:00~22:00 Basic Ai.F		

：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。

奈良大安寺店【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 Stretch & Conditioning Ai.F	10:30~11:30 Back&Arm Ai.F		10:30~11:30 Waist moe.K	10:30~11:30 Basic moe.K	10:30~11:30 Hip&Leg Lin	close
	12:30~13:30 Waist moe.K	12:30~13:30 Pilates Barre Lin		12:30~13:30 Shape up Waist Lin	12:00~13:00 Back&Arm Ai.F	12:30~13:30 Basic moe.K	
					13:30~14:30 Waist moe.K	14:30~15:30 Back&Arm Lin	
					15:00~16:00 Stretch & Conditioning Ai.F	16:30~17:30 Pilates Barre moe.K	
					17:30~18:30 Jump to Burn moe.K		
	18:00~19:00 Basic Lin	18:00~19:00 Waist moe.K	18:00~19:00 Hip&Leg Lin	18:00~19:00 Basic Ai.F			
	19:30~20:30 Shape up Waist moe.K	19:30~20:30 Basic Lin	19:30~20:30 Waist moe.K	19:30~20:30 Pilates Barre Lin			
	21:00~22:00 Hip&Leg Lin	21:00~22:00 Jump to Burn moe.K	21:00~22:00 Back&Arm Lin	21:00~22:00 Stretch & Conditioning Ai.F			

奈良大安寺店【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 Hip&Leg moe.K	10:30~11:30 Pilates Barre Lin		10:30~11:30 Back&Arm Ai.F
12:30~13:30 Jump to Burn Lin	12:30~13:30 Waist Lin		12:30~13:30 Stretch & Conditioning Ai.F
18:00~19:00 Back&Arm Ai.F	18:00~19:00 Basic moe.K	18:00~19:00 Waist moe.K	18:00~19:00 Hip&Leg Lin
19:30~20:30 Waist moe.K	19:30~20:30 Stretch & Conditioning Ai.F	19:30~20:30 Shape up Waist Lin	19:30~20:30 Basic moe.K
21:00~22:00 Basic Ai.F	21:00~22:00 Jump to Burn moe.K	21:00~22:00 Basic moe.K	21:00~22:00 Pilates Barre Lin

：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）