

心斎橋店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月15日更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
水	木	金	土	日	月	火	水
年末年始休業	年末年始休業	10:30～11:30 Back&Spine Azusa	10:30～11:30 Basic Kaco.F	10:30～11:30 Pilates Workout Azusa	close	10:30～11:30 Pilates Cardio miho	10:30～11:30 Basic Kaco.F
		12:00～13:00 Pilates Cardio 未定	12:00～13:00 Jump to Burn RIO	12:00～13:00 Hip&Leg Kaco.F		12:30～13:30 Stretch & Conditioning Karin.N	12:30～13:30 Back&Arm RIO
		13:30～14:30 Pilates Barre Azusa	13:30～14:30 Style up pilates Azusa	13:30～14:30 Stretch & Conditioning Karin.N			
		15:00～16:00 Basic Nastuki	15:00～16:00 Shape up Waist RIO	15:00～16:00 Basic Natsuki			
		17:30～18:30 Hip&Leg Kaco.F	17:30～18:30 Back&Spine Azusa				
						18:00～19:00 Waist Azusa	18:00～19:00 Pilates Barre Azusa
						19:30～20:30 Style up pilates Azusa	19:30～20:30 Basic Nastuki
						21:00～22:00 Basic Nastuki	21:00～22:00 Stretch & Conditioning Karin.N

心斎橋店【1月9日～1月16日スケジュール】

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 Hip&Leg Kaco.F	10:30～11:30 Waist RIO	10:30～11:30 Basic Nastuki	close	10:30～11:30 Pilates Barre Azusa	10:30～11:30 Back&Arm Azusa	
	12:30～13:30 Basic Nastuki	12:00～13:00 Hip&Leg Kaco.F	12:00～13:00 Back&Spine Azusa		12:30～13:30 Basic Nastuki	12:30～13:30 Style up pilates Azusa	
		13:30～14:30 Basic Nastuki	13:30～14:30 Hip&Leg Kaco.F				
		15:00～16:00 Pilates Cardio yun	15:00～16:00 Pilates Barre Azusa				
		17:30～18:30 Back&Arm Karin.N					
18:00～19:00 Pilates Cardio Karin.N	18:00～19:00 Stretch & Conditioning Karin.N				18:00～19:00 Style up pilates Azusa	18:00～19:00 Basic Nastuki	18:00～19:00 Back&Arm RIO
19:30～20:30 Hip&Leg Kaco.F	19:30～20:30 Pilates Cardio miho				19:30～20:30 Back&Arm RIO	19:30～20:30 Back&Arm RIO	19:30～20:30 Waist RIO
21:00～22:00 Back&Arm Karin.N	21:00～22:00 Basic Kaco.F				21:00～22:00 Jump to Burn RIO	21:00～22:00 Shape up Waist RIO	21:00～22:00 Basic Nastuki

- 📌：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。

心齋橋店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月15日更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 Basic 🍷 Kaco.F	10:30～11:30 Hip&Leg 🍷 Kaco.F	10:30～11:30 Jump to Burn RIO	close	10:30～11:30 Back&Spine 🍷 yui	10:30～11:30 Basic 🍷 Natsuki		10:30～11:30 Back&Arm 🍷 RIO
12:30～13:30 Hip&Leg 🍷 Kaco.F	12:00～13:00 Basic 🍷 Natsuki	12:00～13:00 Waist 🍷 RIO		12:30～13:30 Basic 🍷 Natsuki	12:30～13:30 Shape up Waist RIO		12:30～13:30 Release&Strength RIO
	13:30～14:30 Release&Strength RIO	13:30～14:30 Basic 🍷 Kaco.F					
	15:00～16:00 Basic 🍷 Natsuki	15:00～16:00 Hip&Leg 🍷 Kaco.F					
	17:30～18:30 Waist 🍷 RIO						
18:00～19:00 Shape up Waist RIO				18:00～19:00 Basic 🍷 Kaco.F	18:00～19:00 Pilates Cardio Karin	18:00～19:00 Hip&Leg 🍷 Kaco.F	18:00～19:00 Basic 🍷 Nastuki
19:30～20:30 Basic 🍷 Nastuki				19:30～20:30 Pilates Barre yui	19:30～20:30 Basic 🍷 Kaco.F	19:30～20:30 Stretch & Conditioning 🍷 yui	19:30～20:30 Hip&Leg 🍷 Kaco.F
21:00～22:00 Release&Strength RIO				21:00～22:00 Hip&Leg 🍷 Kaco.F	21:00～22:00 Style up pilates Karin	21:00～22:00 Pilates Barre yui	21:00～22:00 Basic 🍷 Natsuki

心齋橋店【1月25日～1月31日スケジュール】

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 Pilates Workout Kaco.F	10:30～11:30 Release&Strength RIO	close	10:30～11:30 Basic 🍷 Natsuki	10:30～11:30 Waist 🍷 maki.U		10:30～11:30 Hip&Leg 🍷 Kaco.F
12:00～13:00 Waist 🍷 RIO	12:00～13:00 Basic 🍷 Natsuki		12:30～13:30 Pilates Workout Kaco.F	12:30～13:30 Pilates Barre maki.U		12:30～13:30 Basic 🍷 Nastuki
13:30～14:30 Basic 🍷 Nastuki	13:30～14:30 Shape up Waist RIO					
15:00～16:00 Back&Arm 🍷 RIO	15:00～16:00 Basic 🍷 Nastuki					
17:30～18:30 Basic 🍷 Nastuki						
			18:00～19:00 Shape up Waist Karin	18:00～19:00 Back&Arm 🍷 RIO	18:00～19:00 Pilates Workout Kaco.F	18:00～19:00 Waist 🍷 RIO
			19:30～20:30 Basic 🍷 Nastuki	19:30～20:30 Jump to Burn RIO	19:30～20:30 Basic 🍷 Nastuki	19:30～20:30 Back&Arm 🍷 RIO
			21:00～22:00 Release&Strength Karin	21:00～22:00 Basic 🍷 Nastuki	21:00～22:00 Hip&Leg 🍷 Kaco.F	21:00～22:00 Pilates Workout Kaco.F

🍷：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）