

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 Reico	10:30-11:30 Basic HINA.M		10:30-11:30 Hip&Leg HINA.M	10:30-11:30 Pilates Cardio makiho	close	close	10:30-11:30 Stretch & Conditioning makiho
12:30-13:30 Basic Reico	12:30-13:30 Release&Strength HINA.M		12:30-13:30 Basic Mirai.Y	12:00-13:00 Back&Arm Mirai.Y			12:30-13:30 Pilates Cardio makiho
				13:30-14:30 Stretch & Conditioning makiho			
				15:00-16:00 Waist Mirai.Y			
18:00-19:00 Basic Mirai.Y	18:00-19:00 Shape up Waist makiho	18:00-19:00 Waist HINA.M	18:00-19:00 Stretch & Conditioning makiho				18:00-19:00 Basic HINA.M
19:30-20:30 Hip&Leg HINA.M	19:30-20:30 Stretch & Conditioning Mirai.Y	19:30-20:30 Basic Mirai.Y	19:30-20:30 Waist Mirai.Y				19:30-20:30 Back&Arm Mirai.Y
21:00-22:00 Back&Arm HINA.M	21:00-22:00 Hip&Leg makiho	21:00-22:00 Back&Arm Mirai.Y	21:00-22:00 Shape up Waist makiho		21:00-22:00 Waist Mirai.Y		

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 Back&Arm HINA.M		10:30-11:30 Waist Mirai.Y	10:30-11:30 Back&Arm Mirai.Y	close	close	10:30-11:30 Hip&Leg Reico	10:30-11:30 Release&Strength HINA.M
12:30-13:30 Waist HINA.M		12:30-13:30 Basic Mirai.Y	12:00-13:00 Hip&Leg HINA.M			12:30-13:30 Stretch & Conditioning Rika	12:30-13:30 Hip&Leg HINA.M
			13:30-14:30 Basic Mirai.Y				
			15:00-16:00 Release&Strength HINA.M				
18:00-19:00 Hip&Leg makiho	18:00-19:00 Shape up Waist yume.N	18:00-19:00 Basic Mirai.Y				18:00-19:00 Waist HINA.M	18:00-19:00 Basic HINA.M
19:30-20:30 Shape up Waist makiho	19:30-20:30 Basic Mirai.Y	19:30-20:30 Back&Arm HINA.M				19:30-20:30 Basic Mirai.Y	19:30-20:30 Back&Arm Mirai.Y
21:00-22:00 Basic Mirai.Y	21:00-22:00 Hip&Leg yume.N	21:00-22:00 Release&Strength HINA.M		21:00-22:00 Back&Arm Mirai.Y	21:00-22:00 Waist Mirai.Y		

：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。

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 Basic Mirai.Y	10:30-11:30 Shape up Waist HIAN.M	close	close	10:30-11:30 Hip&Leg HINA.M	10:30-11:30 Back&Arm Mirai.Y			
	12:30-13:30 Waist Mirai.Y	12:00-13:00 Basic 未定			12:30-13:30 Shape up Waist HINA.M	12:30-13:30 Basic Mirai.Y			
		13:30-14:30 Hip&Leg HINA.M							
		15:00-16:00 Basic 未定							
18:00-19:00 Hip&Leg HINA.M	18:00-19:00 Back&Arm Reico						18:00-19:00 Back&Arm HINA.M	18:00-19:00 Basic Mirai.Y	18:00-19:00 Shape up Waist HINA.M
19:30-20:30 Waist HINA.M	19:30-20:30 Shape up Waist HINA.M						19:30-20:30 Stretch & Conditioning Mirai.Y	19:30-20:30 Hip&Leg HINA.M	19:30-20:30 Basic Mirai.Y
21:00-22:00 Basic Mirai.Y	21:00-22:00 Hip&Leg Reico						21:00-22:00 Basic Mirai.Y	21:00-22:00 Release&Strength HINA.M	21:00-22:00 Back&Arm Mirai.Y

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 Back&Arm HINA.M	10:30-11:30 Basic Mirai.Y	close	close	10:30-11:30 Waist Mirai.Y	10:30-11:30 Release&Strength HINA.M	
12:30-13:30 Hip&Leg HINA.M	12:00-13:00 Waist Mirai.Y			12:00-13:00 Release&Strength HINA.M	12:30-13:30 Hip&Leg HINA.M	
	13:30-14:30 Release&Strength 未定			13:30-14:30 Back&Arm Mirai.Y		
	15:00-16:00 Back&Arm 未定			15:00-16:00 Basic HINA.M		
18:00-19:00 Basic Reico						18:00-19:00 Basic HINA.M
19:30-20:30 Waist Reico						19:30-20:30 Back&Arm Mirai.Y
21:00-22:00 Stretch & Conditioning Mirai.Y						21:00-22:00 Basic Mirai.Y

：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）