

春日店【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 Back&Arm karin.N	10:30～11:30 Shape up Waist Kalia		10:30～11:30 Waist Karin.M	10:30～11:30 Pilates Cardio Kalia	close	close	10:30～11:30 Pilates Barre Kalia
12:30～13:30 Body Balance Kalia	12:30～13:30 Basic Karin.M		12:30～13:30 Hip&Leg karin.N	12:30～13:30 Back&Arm karin.N			12:30～13:30 Waist karin.N
				14:30～15:30 Release&Strength Kalia			
				17:00～18:00 Basic karin.N			
18:00～19:00 Pilates Cardio Karin.M	18:00～19:00 Back&Arm karin.N	18:00～19:00 Hip&Leg Karin.M	18:00～19:00 Pilates Barre Kalia				18:00～19:00 Release&Strength Kalia
19:30～20:30 Stretch & Conditioning Kalia	19:30～20:30 Basic Karin.M	19:30～20:30 Back&Arm karin.N	19:30～20:30 Basic karin.N				19:30～20:30 Basic Karin.M
21:00～22:00 Basic Karin.M	21:00～22:00 Hip&Leg karin.N	21:00～22:00 Pilates Cardio Karin.M	21:00～22:00 Shape up Waist Kalia				21:00～22:00 Hip&Leg Karin.M

春日店【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 Stretch & Conditioning Kalia		10:30～11:30 Back&Arm karin.N	10:30～11:30 Basic karin.N	close	close	10:30～11:30 Pilates Cardio Karin.M	10:30～11:30 Hip&Leg Karin.M
12:30～13:30 Hip&Leg Karin.M		12:30～13:30 Pilates Cardio Karin.M	12:30～13:30 Hip&Leg Karin.M			12:30～13:30 Back&Arm karin.N	12:30～13:30 Pilates Barre Kalia
			14:30～15:30 Waist karin.N				
			17:00～18:00 Pilates Cardio Karin.M				
18:00～19:00 Basic karin.N	18:00～19:00 Back&Arm karin.N	18:00～19:00 Shape up Waist Kalia				18:00～19:00 Stretch & Conditioning Kalia	18:00～19:00 Waist karin.N
19:30～20:30 Waist karin.N	19:30～20:30 Hip&Leg karin.N	19:30～20:30 Basic Karin.M				19:30～20:30 Shape up Waist Kalia	19:30～20:30 Basic Karin.M
21:00～22:00 Pilates Cardio Karin.M	21:00～22:00 Basic Karin.M	21:00～22:00 Body Balance Kalia				21:00～22:00 Basic karin.N	21:00～22:00 Back&Arm karin.N

- ：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時間前を切ったの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。

春日店【4月17日～4月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 Pilates Barre Kalia	10:30～11:30 Back&Arm karin.N	close	close	10:30～11:30 Hip&Leg Kalia	10:30～11:30 Basic Karin.M	
	12:30～13:30 Waist karin.N	12:30～13:30 Pilates Cardio Karin.M			12:30～13:30 Release&Strength Kalia	12:30～13:30 Waist Karin.M	
		14:30～15:30 Waist karin.N					
		17:00～18:00 Hip&Leg Karin.M					
18:00～19:00 Release&Strength Kalia	18:00～19:00 Hip&Leg Karin.M				18:00～19:00 Basic Karin.M	18:00～19:00 Hip&Leg Ayumi.S	18:00～19:00 Waist Karin.M
19:30～20:30 Waist Karin.M	19:30～20:30 Back&Arm karin.N				19:30～20:30 Hip&Leg Kalia	19:30～20:30 Pilates Barre Kalia	19:30～20:30 Body Balance Kalia
21:00～22:00 Pilates Cardio Kalia	21:00～22:00 Basic Karin.M				21:00～22:00 Shape up Waist Karin.M	21:00～22:00 Back&Arm Ayumi.S	21:00～22:00 Basic Karin.M

春日店【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 Waist karin.N	10:30～11:30 Shape up Waist Karin.M	close	close	10:30～11:30 Pilates Cardio Karin.M	10:30～11:30 Waist Karin.M
12:30～13:30 Basic Karin.M	12:30～13:30 Back&Arm Kalia			12:30～13:30 Hip&Leg karin.N	12:30～13:30 Pilates Cardio Kalia
	14:30～15:30 Pilates Cardio Kalia			14:30～15:30 Basic Karin.M	
	17:00～18:00 Basic Karin.M			17:00～18:00 Release&Strength Kalia	
18:00～19:00 Release&Strength Kalia					18:00～19:00 Basic karin.N
19:30～20:30 Hip&Leg Karin.M					19:30～20:30 Back&Arm Kalia
21:00～22:00 Back&Arm Kalia					21:00～22:00 Body Balance karin.N

：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：9:00～19:00
 ※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）