

松戸店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年2月15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 Basic ayu.S	10:30-11:30 Back&Spine Yuina	close	10:30-11:30 Waist Rico.S	10:30-11:30 Basic 未定		10:30-11:30 Basic Maki.K	10:30-11:30 Waist Yuina
12:00-13:00 Body Balance asuka	12:00-13:00 Pilates Workout Akane.I		12:30-13:30 Body Balance asuka	12:30-13:30 Pilates Barre 未定		12:30-13:30 Back&Arm Yuina	12:00-13:00 Basic Maki.K
13:30-14:30 Shape up Waist Yuina	13:30-14:30 Hip&Leg Yuina						13:30-14:30 Back&Spine Yuina
15:00-16:00 Jump to Burn asuka	15:00-16:00 Release&Strength Akane.I						15:00-16:00 Basic ayu.S
17:30-18:00 Back&Arm Mana.H							17:30-18:00 Hip&Leg Airi.K
			18:00-19:00 Basic 未定	18:00-19:00 Basic ayu.S	18:00-19:00 Back&Arm Yuina	18:00-19:00 Advance asuka	
			19:30-20:30 Back&Arm asuka	19:30-20:30 Jump to Burn asuka	19:30-20:30 Basic Maki.K	19:30-20:30 Body Balance asuka	
			21:00-22:00 Basic 未定	21:00-22:00 Release&Strength asuka	21:00-22:00 Stretch & Conditioning Yuina	21:00-22:00 Basic ayu.S	

松戸店【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 Advance asuka	close	10:30-11:30 Basic ayu.S	10:30-11:30 Waist Yuina		10:30-11:30 Pilates Barre Mana.H	10:30-11:30 Back&Arm Yuina	10:30-11:30 Hip&Leg asuka
12:00-13:00 Basic ayu.S		12:30-13:30 Stretch & Conditioning Rico.S	12:30-13:30 Basic Maki.K		12:30-13:30 Basic Maki.K	12:00-13:00 Waist ayu.S	12:00-13:00 Basic Maki.K
13:30-14:30 Jump to Burn asuka						13:30-14:30 Release&Strength Akari	13:30-14:30 Back&Spine Yuina
15:00-16:00 Basic Maki.K						15:00-16:00 Basic ayu.S	15:00-16:00 Body Balance asuka
						17:30-18:00 Pilates Workout Akari	
			18:00-19:00 Basic ayu.S	18:00-19:00 Hip&Leg Yuina	18:00-19:00 Basic ayu.S	18:00-19:00 Stretch & Conditioning Yuina	
			19:30-20:30 Back&Spine Yuina	19:30-20:30 Basic ayu.S	19:30-20:30 Hip&Leg Yuina	19:30-20:30 Basic ayu.S	
			21:00-22:00 Back&Arm Yuina	21:00-22:00 Basic ayu.S	21:00-22:00 Basic Maki.K	21:00-22:00 Shape up Waist Yuina	

：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。

松戸店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年2月15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 Basic Maki.K	10:30-11:30 Waist ayu.S	10:30-11:30 Stretch & Conditioning Rico.S	10:30-11:30 Back&Spine chinatsu	10:30-11:30 Basic Maki.K	10:30-11:30 Shape up Waist Yuina	close
	12:30-13:30 Waist ayu.S	12:30-13:30 Hip&Leg Yuina	12:00-13:00 Basic Rico	12:30-13:30 Basic Maki.K	12:00-13:00 Back&Spine Yuina	12:00-13:00 Basic Maki.K	
			13:30-14:30 Hip&Leg Yuina		13:30-14:30 Basic Maki.K	13:30-14:30 Back&Spine Yuina	
			15:00-16:00 Waist Rico		15:00-16:00 Waist Yuina	15:00-16:00 Basic Maki.K	
			17:30-18:30 Back&Spine Yuina		17:30-18:00 Hip&Leg Yuina		
	18:00-19:00 Pilates Barre asuka	18:00-19:00 Basic Maki.K		18:00-19:00 Shape up Waist Yuina			
	19:30-20:30 Basic Maki.K	19:30-20:30 Jump to Burn asuka		19:30-20:30 Basic Maki.K			
	21:00-22:00 Body Balance asuka	21:00-22:00 Back&Arm asuka		21:00-22:00 Waist Yuina			

松戸店【3月25日～3月28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 Back&Arm Yuina	10:30-11:30 Basic Yuina		10:30-11:30 Stretch & Conditioning asuka	10:30-11:30 Release&Strength asuka	10:30-11:30 Basic Yuina	close
12:30-13:30 Shape up Waist Yuina	12:30-13:30 Hip&Leg Yuina		12:30-13:30 Back&Arm asuka	12:00-13:00 Back&Spine Yuina	12:00-13:00 Hip&Leg akane.t	
				13:30-14:30 Advance asuka	13:30-14:30 Shape up Waist Yuina	
				15:00-16:00 Hip&Leg Yuina	15:00-16:00 Waist akane.t	
				17:30-18:00 Basic ayu.S		
18:00-19:00 Pilates Workout asuka	18:00-19:00 Basic Maki.K	18:00-19:00 Waist ayu.S	18:00-19:00 Basic Maki.K			
19:30-20:30 Basic Maki.K	19:30-20:30 Pilates Barre asuka	19:30-20:30 Basic Maki.K	19:30-20:30 Hip&Leg Yuina			
21:00-22:00 Release&Strength asuka	21:00-22:00 Basic Maki.K	21:00-22:00 Waist ayu.S	21:00-22:00 Basic Maki.K			

：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）