

茨木店【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 Release&Strength Luca	10:30~11:30 Basic ayu.Y	10:30~11:30 Hip&Leg kei	close	10:30~11:30 Waist Asuka.H	10:30~11:30 Basic ayu.Y
		12:00~13:00 Waist Asuka.H	12:00~13:00 Stretch & Conditioning Yuna	12:00~13:00 Basic Asuka.H		12:30~13:30 Release&Strength kei	12:30~13:30 Pilates Barre Asuka.H
		13:30~14:30 Hip&Leg Luca	13:30~14:30 Shape up Waist Luca	13:30~14:30 Waist Asuka.H			
		15:00~16:00 Basic Asuka	15:00~16:00 Back&Arm ayu.Y	15:00~16:00 Pilates Barre kei			
		17:30~18:30 Pilates Barre Luca	17:30~18:30 Jump to Burn Yuna				
					18:00~19:00 Basic ayu.Y	18:00~19:00 Waist Yuna	
					19:30~20:30 Jump to Burn kei	19:30~20:30 Hip&Leg Asuka.H	
					21:00~22:00 Back&Arm ayu.Y	21:00~22:00 Basic Yuna	

茨木店【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 Stretch & Conditioning ayu.Y	10:30~11:30 Shape up Waist Luca	10:30~11:30 Back&Arm ayu.Y	close	10:30~11:30 Basic Asuka.H	10:30~11:30 Waist Asuka.H		
	12:30~13:30 Jump to Burn Luca	12:00~13:00 Back&Arm ayu.Y	12:00~13:00 Jump to Burn Asuka.H		12:30~13:30 Shape up Waist Luca	12:30~13:30 Back&Arm ayu.Y		
		13:30~14:30 Hip&Leg Asuka.H	13:30~14:30 Basic ayu.Y					
		15:00~16:00 Basic ayu.Y	15:00~16:00 Hip&Leg Asuka.H					
		17:30~18:30 Waist Asuka.H						
18:00~19:00 Shape up Waist Luca	18:00~19:00 Basic Asuka.H					18:00~19:00 Pilates Barre kei	18:00~19:00 Release&Strength Luca	18:00~19:00 Back&Arm ayu.Y
19:30~20:30 Basic ayu.Y	19:30~20:30 Release&Strength Luca					19:30~20:30 Back&Arm ayu.Y	19:30~20:30 Basic ayu.Y	19:30~20:30 Waist Asuka.H
21:00~22:00 Hip&Leg Luca	21:00~22:00 Waist Asuka.H					21:00~22:00 Hip&Leg kei	21:00~22:00 Jump to Burn Luca	21:00~22:00 Basic ayu.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。

茨木店【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 Hip&Leg Luca	10:30~11:30 Basic ayu.Y	10:30~11:30 Shape up Waist Luca	close	10:30~11:30 Jump to Burn Luca	10:30~11:30 Basic Asuka.H		10:30~11:30 Body Balance Asuka.H
12:30~13:30 Release&Strength kei	12:00~13:00 Pilates Barre Luca	12:00~13:00 Stretch & Conditioning ayu.Y		12:30~13:30 Hip&Leg Asuka.H	12:30~13:30 Waist ayu.Y		12:30~13:30 Basic Luca
	13:30~14:30 Hip&Leg Asuka.H	13:30~14:30 Jump to Burn Asuka.H					
	15:00~16:00 Back&Arm ayu.Y	15:00~16:00 Basic Luca					
	17:30~18:30 Jump to Burn Luca						
18:00~19:00 Shape up Waist kei				18:00~19:00 Basic ayu.Y	18:00~19:00 Pilates Barre Luca	18:00~19:00 Waist Asuka.H	18:00~19:00 Stretch & Conditioning ayu.Y
19:30~20:30 Basic Asuka.H				19:30~20:30 Body Balance Asuka.H	19:30~20:30 Back&Arm kei	19:30~20:30 Jump to Burn Luca	19:30~20:30 Shape up Waist Luca
21:00~22:00 Pilates Barre Asuka.H				21:00~22:00 Waist ayu.Y	21:00~22:00 Basic Luca	21:00~22:00 Release&Strength kei	21:00~22:00 Back&Arm ayu.Y

茨木店【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 Hip&Leg Luca	10:30~11:30 Basic ayu.Y	close	10:30~11:30 Waist Asuka.H	10:30~11:30 Jump to Burn kei		10:30~11:30 Back&Arm ayu.Y	
12:00~13:00 Basic ayu.Y	12:00~13:00 Pilates Barre Asuka.H		12:30~13:30 Basic ayu.Y	12:30~13:30 Back&Arm Luca		12:30~13:30 Body Balance Asuka.H	
13:30~14:30 Pilates Barre Luca	13:30~14:30 Back&Arm ayu.Y						
15:00~16:00 Waist ayu.Y	15:00~16:00 Body Balance Asuka.H						
17:30~18:30 Basic Luca							
				18:00~19:00 Shape up Waist Luca	18:00~19:00 Body Balance Asuka.H	18:00~19:00 Basic ayu.Y	18:00~19:00 Hip&Leg Luca
				19:30~20:30 Back&Arm ayu.Y	19:30~20:30 Basic ayu.Y	19:30~20:30 Hip&Leg Luca	19:30~20:30 Pilates Barre Luca
				21:00~22:00 Hip&Leg Luca	21:00~22:00 Waist Asuka.H	21:00~22:00 Pilates Barre Luca	21:00~22:00 Jump to Burn Asuka.H

：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）