

八王子オクトーレ店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月15日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 Basic cocoro.f	close	10:30~11:30 Release&Strength arisa	10:30~11:30 Basic Mayu.K		10:30~11:30 Waist cocoro.f	10:30~11:30 Basic cocoro.f	10:30~11:30 Style up pilates Riri	
12:00~13:00 Pilates Barre asisa		12:30~13:30 Waist Mayu.K	12:30~13:30 Advance (members only) arisa		12:30~13:30 Back&Arm Mayu.K	12:00~13:00 Hip&Leg Mayu.K	12:00~13:00 Stretch & Conditioning yukino	
13:30~14:30 Hip&Leg Mayu.K						13:30~14:30 Back&Arm yuki.H	13:30~14:30 Waist yuki.H	
15:00~16:00 Body Balance (members only) arisa						15:00~16:00 Waist cocoro.f	15:00~16:00 Shape up Waist (members only) yukino	
			17:30~18:30 Pilates Cardio Klco	17:30~18:30 Waist cocoro.f	17:30~18:30 Back&Arm yuki.H	17:30~18:30 Pilates Barre arisa	17:30~18:30 Jump to Burn yuki.H	
			19:00~20:00 Basic yuki.H	19:00~20:00 Hip&Leg Mayu.K	19:00~20:00 Basic cocoro.f	19:00~20:00 Basic yuki.H		
		20:30~21:30 Back&Spine (members only) Kico	20:30~21:30 Basic cocoro.f	20:30~21:30 Hip&Leg Mayu.K	20:30~21:30 Pilates Workout (members only) arisa			

八王子オクトーレ店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30~11:30 Power up Control (members only) arisa	10:30~11:30 Jump to Burn yuki.H		10:30~11:30 Basic Mayu.K	10:30~11:30 Body Balance (members only) arisa	10:30~11:30 Basic Aoi.m	close
	12:30~13:30 Hip&Leg yuki.H	12:30~13:30 Basic cocoro.f		12:30~13:30 Pilates Barre arisa	12:00~13:00 Waist sp Xmas yuki.H	12:00~13:00 Hip&Leg Aoi.m	
					13:30~14:30 Advance (members only) Kico	13:30~14:30 Waist sp Xmas cocoro.f	
					15:00~16:00 Release&Strength arisa	15:00~16:00 Back&Arm Mayu.K	
		17:30~18:30 Basic cocoro.f	17:30~18:30 Back&Spine (members only) arisa	17:30~18:30 Style up pilates Mika	17:30~18:30 Waist sp Xmas cocoro.f	17:30~18:30 Hip&Leg yuki.H	
		19:00~20:00 Back&Arm Mayu.K	19:00~20:00 Basic Mayu.K	19:00~20:00 Hip&Leg Mayu.K	19:00~20:00 Pilates Workout (members only) arisa		
		20:30~21:30 Waist sp Xmas cocoro.f	20:30~21:30 Body Balance (members only) arisa	20:30~21:30 Shape up Waist (members only) yukino	20:30~21:30 Basic cocoro.f		

・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4回に制限されます。

八王子オクトーレ店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月15日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 Pilates Workout (members only) arisa	10:30~11:30 Back&Arm Mayu.K		10:30~11:30 Basic cocoro.f	10:30~11:30 Pilates Cardio Kico	10:30~11:30 Jump to Burn yuki.H	close	10:30~11:30 Waist sp Xmas yuki.H
12:30~13:30 Hip&Leg Mayu.K	12:30~13:30 Pilates Barre arisa		12:30~13:30 Release&Strength arisa	12:00~13:00 Style up pilates Mika	12:00~13:00 Basic Mayu.K		12:30~13:30 Pilates Cardio Kico
				13:30~14:30 Basic cocoro.f	13:30~14:30 Waist sp Xmas yuki.H		
				15:00~16:00 Back&Spine (members only) Kico	15:00~16:00 Back&Arm Mayu.K		
17:30~18:30 Waist sp Xmas cocoro.f	17:30~18:30 Basic cocoro.f	17:30~18:30 Waist sp Xmas Mayu.K	17:30~18:30 Stretch & Conditioning yukino	17:30~18:30 Waist sp Xmas cocoro.f			17:30~18:30 Basic Mayu.K
19:00~20:00 Back&Arm Mayu.K	19:00~20:00 Power up Control (members only) arisa	19:00~20:00 Back&Spine (members only) arisa	19:00~20:00 Hip&Leg yuki.H				19:00~20:00 Jump to Burn yuki.H
20:30~21:30 Basic cocoro.f	20:30~21:30 Waist sp Xmas cocoro.f	20:30~21:30 Basic Mayu.K	20:30~21:30 Shape up Waist (members only) yukino				20:30~21:30 Back&Arm Mayu.K

八王子オクトーレ店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 Body Balance (members only) arisa		10:30~11:30 Basic yuki.H	10:30~11:30 Back&Arm yuki.H	10:30~11:30 Hip&Leg Aoi.m	close	close
12:30~13:30 Stretch & Conditioning yuki.H		12:30~13:30 Hip&Leg Mayu.K	12:00~13:00 Basic cocoro.f	12:00~13:00 Style up pilates Mika		
			13:30~14:30 Pilates Workout (members only) arisa	13:30~14:30 Back&Arm Mayu.K		
			15:00~16:00 Waist cocoro.f	15:00~16:00 Shape up Waist (members only) yukino		
17:30~18:30 Back&Arm Mayu.K	17:30~18:30 Basic cocoro.f	17:30~18:30 Power up Control (members only) arisa	17:30~18:30 Jump to Burn yuki.H			
19:00~20:00 Basic cocoro.f	19:00~20:00 Stretch & Conditioning Mayu.K	19:00~20:00 Basic Mayu.K				
20:30~21:30 Hip&Leg Mayu.K	20:30~21:30 Waist cocoro.f	20:30~21:30 Advance (members only) arisa				

※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）