

新宿店【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 Mika	close	10:30~11:30 Hip&Leg Marin	10:30~11:30 Basic Miharu.H	10:30~11:30 Shape up Waist Yuuki	10:30~11:30 Release&Strength Wakana	10:30~11:30 Back&Arm Mika	10:30~11:30 Waist Mika
12:00~13:00 Style up pilates Miharu.H		12:00~13:00 Jump to Burn Marin	12:00~13:00 Stretch & Conditioning Miharu.H	12:00~13:00 Pilates Cardio Marin	12:00~13:00 Waist Yuuki	12:00~13:00 Body Balance Yuuki	12:00~13:00 Hip&Leg Miharu.H
13:30~14:30 Waist Mika		13:30~14:30 Basic Miharu.H		13:30~14:30 Back&Arm Marin	13:30~14:30 Pilates Barre Wakana	13:30~14:30 Hip&Leg Miharu.H	13:30~14:30 Animal Stretch Yuuki
15:00~16:00 Stretch & Conditioning Miharu.H						15:00~16:00 Back&Spine Yuuki	15:00~16:00 Basic Mika
						17:30~18:30 Jump to Burn Wakana	
			18:00~19:00 Body Balance Yuuki	18:00~19:00 Waist Yuuki	18:00~19:00 Style up pilates Miharu.H	18:00~19:00 Basic Mika	
			19:30~20:30 Basic Mika	19:30~20:30 Animal Stretch Yuuki	19:30~20:30 Waist Mika	19:30~20:30 Pilates Workout Marin	
			21:00~22:00 Back&Spine Yuuki	21:00~22:00 Basic Mika	21:00~22:00 Hip&Leg Mika	21:00~22:00 Back&Arm Marin	

新宿店【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 Pilates Cardio Marin	10:30~11:30 Body Balance Wakana	10:30~11:30 Hip&Leg Mika	10:30~11:30 Back&Spine Yuuki	10:30~11:30 Basic Miharu.H	10:30~11:30 Back&Arm Miharu.H	close
	12:00~13:00 Pilates Workout Marin	12:00~13:00 Back&Arm Mika	12:00~13:00 Waist sp Xmas Yuuki	12:00~13:00 Basic Miharu.H	12:00~13:00 Pilates Barre Wakana	12:00~13:00 Stretch & Conditioning Yuuki	
	13:30~14:30 Stretch & Conditioning Wakana		13:30~14:30 Basic Mika	13:30~14:30 Shape up Waist Yuuki	13:30~14:30 Back&Arm Miharu.H	13:30~14:30 Pilates Cardio Wakana	
					15:00~16:00 Jump to Burn Marin	15:00~16:00 Basic Miharu.H	
					17:30~18:30 Release&Strength Yui.K		
	18:00~19:00 Basic Yuuki	18:00~19:00 Style up pilates Miharu.H	18:00~19:00 Pilates Cardio Marin	18:00~19:00 Hip&Leg Mika			
	19:30~20:30 Hip&Leg Mika	19:30~20:30 Back&Spine Yuuki	19:30~20:30 Stretch & Conditioning Yuuki	19:30~20:30 Style up pilates Miharu.H			
	21:00~22:00 Animal Stretch Yuuki	21:00~22:00 Hip&Leg Miharu.H	21:00~22:00 Basic Miharu.H	21:00~22:00 Waist sp Xmas Mika			

📌: 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。

新宿店【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 Release&Strength Yui.K	10:30～11:30 Shape up Waist Yuuki	10:30～11:30 Basic Miharu.H	10:30～11:30 Jump to Burn Wakana	10:30～11:30 Hip&Leg Miharu.H	10:30～11:30 Basic Mika	close	10:30～11:30 Pilates Workout Wakana
12:00～13:00 Waist sp Xmas Mika	12:00～13:00 Basic Miharu.H	12:00～13:00 Pilates Cardio Yui.K	12:00～13:00 Style up pilates Miharu.H	12:00～13:00 Back&Spine Yuuki	12:00～13:00 Style up pilates Miharu.H		12:00～13:00 Basic Mika
13:30～14:30 Hip&Leg Yui.K		13:30～14:30 Stretch & Conditioning Miharu.H	13:30～14:30 Body Balance Wakana	13:30～14:30 Basic Miharu.H	13:30～14:30 Hip&Leg Mika		13:30～14:30 Pilates Barre Wakana
				15:00～16:00 Back&Arm Mika	15:00～16:00 Stretch & Conditioning Miharu.H		
				17:30～18:30 Shape up Waist Yuuki			
18:00～19:00 Back&Arm Miharu.H	18:00～19:00 Pilates Workout Mai	18:00～19:00 Basic Mika	18:00～19:00 Waist sp Xmas Yuuki				18:00～19:00 Animal Stretch Yuuki
19:30～20:30 Basic Mika	19:30～20:30 Hip&Leg Miharu.H	19:30～20:30 Waist sp Xmas Yui.K	19:30～20:30 Basic Mika				19:30～20:30 Back&Arm Mika
21:00～22:00 Style up pilates Miharu.H	21:00～22:00 Jump to Burn Mai	21:00～22:00 Back&Arm Mika	21:00～22:00 Animal Stretch Yuuki				21:00～22:00 Back&Spine Yuuki

新宿店【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 Basic Mika	10:30～11:30 Back&Arm Yuuki	10:30～11:30 Animal Stretch Yuuki	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Miharu.H	10:30～11:30 Waist Mika	close	close
12:00～13:00 Waist sp Xmas Yuuki	12:00～13:00 Basic Mika	12:00～13:00 Body Balance Wakana	12:00～13:00 Hip&Leg Mika	12:00～13:00 Back&Arm Mika		
	13:30～14:30 Back&Spine Yuuki	13:30～14:30 Basic Yuuki	13:30～14:30 Style up pilates Miharu.H	13:30～14:30 Body Balance Yuuki		
			15:00～16:00 Basic Mika	15:00～16:00 Shape up Waist Yuuki		
			17:30～18:30 Back&Arm Mika			
18:00～19:00 Hip&Leg Miharu.H	18:00～19:00 Release&Strength Wakana	18:00～19:00 Style up pilates Miharu.H				
19:30～20:30 Body Balance Yuuki	19:30～20:30 Pilates Barre 未定	19:30～20:30 Pilates Cardio Wakana				
21:00～22:00 Stretch & Conditioning Miharu.H	21:00～22:00 Pilates Workout Wakana	21:00～22:00 Hip&Leg Miharu.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

※上記受付時間外は電話での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)