

NU茶屋町店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年12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 Reset Flow Sakura.M	close	10:30~11:30 Hip&Leg Amau.H	10:30~11:30 Basic Nozomi.K	10:30~11:30 Back&Spine Sakura.M	10:30~11:30 Animal Stretch Sakura.M	10:30~11:30 Style up pilates michi	10:30~11:30 Body Balance Sakura.M
12:00~13:00 Hip Punch Amau.H		12:00~13:00 Basic Nozomi.K	12:00~13:00 Hip Punch Amau.H	12:00~13:00 Jump to Burn Asuka.H	12:00~13:00 Pilates Barre Nozomi.K	12:00~13:00 Basic Amau.H	12:00~13:00 Back&Arm Nozomi.K
13:30~14:30 Basic Nozomi.K		13:30~14:30 Hip Punch Amau.H	13:30~14:30 Pilates Barre Nozomi.K	13:30~14:30 Reset Flow Sakura	13:30~14:30 Back&Spine Sakura.M	13:30~14:30 Pilates Workout michi	13:30~14:30 Pilates Cardio Sakura.M
15:00~16:00 Pilates Cardio Sakura.M		15:00~16:00 Back&Arm Nozomi.K		15:00~16:00 Pilates Barre Asuka.H		15:00~16:00 Hip&Leg Amau.H	15:00~16:00 Basic Nozomi.K
17:30~18:30 Hip&Leg Amau.H		17:30~18:30 Jump to Burn Asuka.H	17:30~18:30 Body Balance Sakura.M	17:30~18:30 Basic Nozomi.K	17:30~18:30 Back&Arm Amau.H	16:30~17:30 Pilates Barre Nozomi.K	16:30~17:30 Reset Flow Sakura.M
19:00~20:00 Pilates Barre Nozomi.K		19:00~20:00 Waist Nozomi.K	19:00~20:00 Back&Arm Amau.H	19:00~20:00 Pilates Cardio Sakura.M	19:00~20:00 Basic Nozomi.K	18:00~19:00 Back&Arm Amau.H	18:00~19:00 Waist Nozomi.K
		20:30~21:30 Pilates Barre Asuka.H	20:30~21:30 Animal Stretch Sakura.M	20:30~21:30 Waist Nozomi.K	20:30~21:30 Hip Punch Amau.H	19:30~20:30 Waist Nozomi.K	

NU茶屋町店【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 Reset Flow Sakura.M	10:30~11:30 Pilates Workout michi	10:30~11:30 Release&Strength michi	10:30~11:30 Waist sp Xmas Nozomi.K	10:30~11:30 Reset Flow Sakura.M	10:30~11:30 Hip Punch Amau.H	close
	12:00~13:00 Waist sp Xmas michi	12:00~13:00 Basic Amau.H	12:00~13:00 Pilates Barre Nozomi.K	12:00~13:00 Pilates Cardio Sakura.M	12:00~13:00 Hip&Leg Nozomi.K	12:00~13:00 Style up pilates michi	
	13:30~14:30 Body Balance Sakura.M	13:30~14:30 Stretch & Conditioning michi	13:30~14:30 Shape up Waist michi	13:30~14:30 Back&Arm Nozomi.K	13:30~14:30 Animal Stretch Sakura.M	13:30~14:30 Hip&Leg Amau.H	
	15:00~16:00 Jump to Burn michi		15:00~16:00 Basic Nozomi.K		15:00~16:00 Back&Arm Amau.H	15:00~16:00 Back&Spine Sakura.M	
	17:30~18:30 Basic Amau.H	17:30~18:30 Pilates Cardio Sakura.M	17:30~18:30 Back&Arm Amau.H	17:30~18:30 Hip Punch Amau.H	16:30~17:30 Basic Amau.H	16:30~17:30 Shape up Waist michi	
	19:00~20:00 Back&Spine michi	19:00~20:00 Waist sp Xmas Nozomi.K	19:00~20:00 Reset Flow Sakura.M	19:00~20:00 Back&Spine Sakura.M	18:00~19:00 Waist sp Xmas Nozomi.K	18:00~19:00 Pilates Cardio Sakura.M	
	20:30~21:30 Hip Punch Amau.H	20:30~21:30 Body Balance Sakura.M	20:30~21:30 Hip&Leg Amau.H	20:30~21:30 Basic Amau.H	19:30~20:30 Hip Punch Amau.H		

：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4回に制限されます。

NU茶屋町店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年12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 Barre Nozomi.K	10:30~11:30 Basic Nozomi.K	10:30~11:30 Hip Punch Amau.H	10:30~11:30 Body Balance michi	10:30~11:30 Hip Punch Amau.H	10:30~11:30 Back&Spine Sakura.M	close	10:30~11:30 Shape up Waist michi
12:00~13:00 Hip&Leg Amau.H	12:00~13:00 Back&Spine michi	12:00~13:00 Waist sp Xmas Nozomi.K	12:00~13:00 Basic Amau.H	12:00~13:00 Animal Stretch Sakura.M	12:00~13:00 Pilates Barre Nozomi.K		12:00~13:00 Back&Arm Nozomi.K
13:30~14:30 Basic Nozomi.K	13:30~14:30 Waist sp Xmas Nozomi.K	13:30~14:30 Hip&Leg Amau.H	13:30~14:30 Shape up Waist michi	13:30~14:30 Basic Amau.H	13:30~14:30 Reset Flow Sakura.M		13:30~14:30 Pilates Cardio michi
15:00~16:00 Back&Arm Amau.H		15:00~16:00 Back&Arm Nozomi.K		15:00~16:00 Back&Spine Sakura.M	15:00~16:00 Waist sp Xmas Nozomi.K		15:00~16:00 Basic Nozomi.K
17:30~18:30 Release&Strength michi	17:30~18:30 Hip Punch Amau.H	17:30~18:30 Shape up Waist michi	17:30~18:30 Pilates Cardio Sakura.M	16:30~17:30 Pilates Workout michi	16:30~17:30 Style up pilates michi		17:30~18:30 Hip Punch Amau.H
19:00~20:00 Hip Punch Amau.H	19:00~20:00 Pilates Workout michi	19:00~20:00 Basic Nozomi.K	19:00~20:00 Back&Arm Nozomi.K	18:00~19:00 Body Balance Sakura.M	18:00~19:00 Pilates Cardio michi		19:00~20:00 Waist sp Xmas Nozomi.K
20:30~21:30 Shape up Waist michi	20:30~21:30 Hip&Leg Amau.H	20:30~21:30 Jump to Burn michi	20:30~21:30 Reset Flow Sakura.M	19:30~20:30 Release&Strength michi		20:30~21:30 Hip&Leg Amau.H	

NU茶屋町店【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 Hip&Leg Amau.H	10:30~11:30 Hip&Leg Amau.H	10:30~11:30 Advance 未確定	10:30~11:30 Power up Control 未確定	10:30~11:30 Jump to Burn 未確定	close	close
12:00~13:00 Waist sp Xmas Nozomi.K	12:00~13:00 Back&Spine michi	12:00~13:00 Animal Stretch Sakura.M	12:00~13:00 Back&Arm Nozomi.K	12:00~13:00 Body Balance Sakura.M		
13:30~14:30 Basic Amau.H	13:30~14:30 Hip Punch Amau.H	13:30~14:30 Body Balance michi	13:30~14:30 Reset Flow Sakura.M	13:30~14:30 Basic 未確定		
	15:00~16:00 Advance 未確定		15:00~16:00 Jump to Burn 未確定	15:00~16:00 Hip Punch Amau.H		
17:30~18:30 Power up Control 未確定	17:30~18:30 Jump to Burn 未確定	17:30~18:30 Pilates Barre Nozomi.K	16:30~17:30 Hip&Leg Amau.H	16:30~17:30 Animal Stretch Sakura.M		
19:00~20:00 Advance 未確定	19:00~20:00 Release&Strength michi	19:00~20:00 Power up Control 未確定	18:00~19:00 Basic 未確定	18:00~19:00 Hip&Leg Amau.H		
20:30~21:30 Back&Spine Sakura.M	20:30~21:30 Basic Nozomi.K	20:30~21:30 Basic Nozomi.K	19:30~20:30 Hip Punch Amau.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）