

渋谷店【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 Body Balance mai.K	close	10:30~11:30 Pilates Cardio Jun	10:30~11:30 Hip&Leg karin.N	10:30~11:30 Advance ririka	10:30~11:30 Basic karin.N	10:30~11:30 Reset Flow ririka	10:30~11:30 Shape up Waist Kalia
12:00~13:00 Hip&Leg karin.N		12:00~13:00 Waist akane	12:30~13:30 Shape up Waist Jyuli	12:00~13:00 Basic mai.K	12:00~13:00 Body Balance mai.K	12:00~13:00 Hip&Leg mai.K	12:00~13:00 Release&Strength Kurumi
13:30~14:30 Release&Strength mai.K		13:30~14:30 Back&Arm Jun		13:30~14:30 Waist mai.K	13:30~14:30 Hip&Leg karin.N	13:30~14:30 Basic ririka	13:30~14:30 Pilates Workout Jun
15:00~16:00 Basic karin.N						15:00~16:00 Animal Stretch Jun	15:00~16:00 Basic Kurumi
						17:30~18:30 Stretch & Conditioning Jun	
			18:00~19:00 Back&Spine ririka	18:00~19:00 Basic mai.K	18:00~19:00 Style up pilates Jun	18:00~19:00 Shape up Waist ririka	
			19:30~20:30 Jump to Burn akane	19:30~20:30 Pilates Barre Jyuli	19:30~20:30 Power up Control ririka	19:30~20:30 Waist mai.K	
			21:00~22:00 Reset Flow ririka	21:00~22:00 Body Balance mai.K	21:00~22:00 Hip&Leg Jun	21:00~22:00 Hip Punch ririka	

渋谷店【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 Hip&Leg ririka	10:30~11:30 Jump to Burn ririka	10:30~11:30 Power up Control Jun	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Kurumi	10:30~11:30 Back&Arm Jun	10:30~11:30 Basic karin.N	close
	12:00~13:00 Animal Stretch Jun	12:30~13:30 Basic mai.K	12:00~13:00 Hip&Leg Kalia	12:00~13:00 Jump to Burn Rico	12:00~13:00 Pilates Barre ririka	12:00~13:00 Advance ririka	
	13:30~14:30 Reset Flow ririka		13:30~14:30 Style up pilates Jun	13:30~14:30 Back&Arm Kurumi	13:30~14:30 Pilates Cardio Jun	13:30~14:30 Hip&Leg karin.N	
					15:00~16:00 Basic karin.N	15:00~16:00 Waist sp Xmas ririka	
					17:30~18:30 Hip Punch ririka		
	18:00~19:00 Waist sp Xmas akane	18:00~19:00 Shape up Waist ririka	18:00~19:00 Basic karin.N	18:00~19:00 Hip&Leg karin.N			
	19:30~20:30 Basic kalin.N	19:30~20:30 Pilates Workout Jun	19:30~20:30 Back&Spine ririka	19:30~20:30 Body Balance mai.K			
	21:00~22:00 Body Balance mai.K	21:00~22:00 Hip&Leg Jun	21:00~22:00 Back&Arm ririka	21:00~22:00 Basic karin.N			

👉: 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。

渋谷店【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 Shape up Waist sae	10:30~11:30 Hip Punch ririka	10:30~11:30 Body Balance Kalia	10:30~11:30 Hip&Leg 🍃 Haru	10:30~11:30 Power up Control ririka	10:30~11:30 Release&Strength mai.K	close	10:30~11:30 Style up pilates Jun
12:00~13:00 Pilates Workout Jun	12:00~13:00 Style up pilates Jun	12:00~13:00 Hip&Leg 🍃 karin.N	12:00~13:00 Advance Haru	12:00~13:00 Basic 🍃 karin.N	12:00~13:00 Pilates Cardio Jun		12:00~13:00 Body Balance mai.K
13:30~14:30 Waist sp Xmas 🍃 sae		13:30~14:30 Shape up Waist Kalia	13:30~14:30 Basic 🍃 Kurumi	13:30~14:30 Stretch & Conditioning 🍃 ririka	13:30~14:30 Basic 🍃 mai.K		13:30~14:30 Basic 🍃 mai.K
				15:00~16:00 Waist sp Xmas 🍃 karin.N	15:00~16:00 Animal Stretch Jun		
				17:30~18:30 Pilates Barre ririka			
18:00~19:00 Pilates Cardio Jun	18:00~19:00 Hip&Leg 🍃 mai.K	18:00~19:00 Jump to Burn ririka	18:00~19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Kurumi				18:00~19:00 Power up Control Jun
19:30~20:30 Basic 🍃 karin.N	19:30~20:30 Power up Control ririka	19:30~20:30 Basic 🍃 mai.K	19:30~20:30 Hip Punch ririka				19:30~20:30 Hip&Leg 🍃 karin.N
21:00~22:00 Hip&Leg 🍃 karin.N	21:00~22:00 Basic 🍃 mai.K	21:00~22:00 Back&Spine ririka	21:00~22:00 Reset Flow ririka				21:00~22:00 Waist sp Xmas 🍃 karin.N

渋谷店【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 🍃 Kalia	10:30~11:30 Hip&Leg 🍃 Kurumi	10:30~11:30 Waist 🍃 karin.N	10:30~11:30 Body Balance mai.K	10:30~11:30 Basic 🍃 ririka	close	close
12:00~13:00 Reset Flow ririka	12:00~13:00 Stretch & Conditioning 🍃 Kurumi	12:00~13:00 Pilates Barre Kalia	12:00~13:00 Basic 🍃 karin.N	12:00~13:00 Power up Control Kurumi		
	13:30~14:30 Back&Arm 🍃 Jun	13:30~14:30 Basic 🍃 karin.N	13:30~14:30 Pilates Cardio Jun	13:30~14:30 Jump to Burn ririka		
			15:00~16:00 Waist 🍃 karin.N	15:00~16:00 Back&Spine Kurumi		
			17:30~18:30 Pilates Workout Jun			
18:00~19:00 Pilates Workout Jun	18:00~19:00 Body Balance mai.K	18:00~19:00 Hip&Leg 🍃 mai.K				
19:30~20:30 Animal Stretch Jun	19:30~20:30 Style up pilates Jun	19:30~20:30 Shape up Waist Kalia				
21:00~22:00 Advance ririka	21:00~22:00 Basic 🍃 mai.K	21:00~22:00 Release&Strength mai.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)