

アリオ鷺宮店【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 Basic Yuina.D	10:30-11:30 Hip&Leg Haruka.I	10:30-11:30 Back&Arm mayumi	close	10:30-11:30 Hip&Leg Kazuki.I	10:30-11:30 Basic Elliy
		12:00-13:00 Hip&Leg Haruka.I	12:00-13:00 Basic Yuina.D	12:30-13:30 Basic Momo.A		12:30-13:30 Waist Yuina.D	12:30-13:30 Hip&Leg Kazuki.I
		13:30-14:30 Waist Yuina.D	13:30-14:30 Hip&Leg Kazuki.I	14:30-15:30 Waist Momo.A			
		15:00-16:00 Hip&Leg Haruka.I	15:00-16:00 Waist Yuina.D	16:30-17:30 Hip&Leg Haruka.I			
		17:30-18:30 Waist Yuina.D	17:30-18:30 Basic Yuina.D				
						17:30-18:30 Basic Elliy	17:30-18:30 Hip&Leg Haruka.I
						19:00-20:00 Hip&Leg Haruka.I	19:00-20:00 Basic Elliy
						20:30-21:30 Basic Elliy	20:30-21:30 Waist Elliy

アリオ鷺宮店【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 Basic Elliy	10:30-11:30 Hip&Leg Haruka.I	10:30-11:30 Waist Yuina.D	close	10:30-11:30 Basic Yuina.D	10:30-11:30 Hip&Leg Kazuki.I	
	12:30-13:30 Hip&Leg Kazuki.I	12:00-13:00 Basic Yuina.D	12:30-13:30 Basic Elliy		12:30-13:30 Hip&Leg Haruka.I	12:30-13:30 Waist Rin.K	
		13:30-14:30 Back&Arm Rin.K	14:30-15:30 Waist Yuina.D				
		15:00-16:00 Waist Yuina.D	16:30-17:30 Hip&Leg Kazuki.I				
		17:30-18:30 Back&Arm Rin.K					
17:30-18:30 Basic Yuina.D	17:30-18:30 Hip&Leg Kazuki.I				17:30-18:30 Hip&Leg Haruka.I	17:30-18:30 Basic Elliy	17:30-18:30 Hip&Leg Kazuki.I
19:00-20:00 Hip&Leg Elliy	19:00-20:00 Waist Rin.K				19:00-20:00 Waist Rin.K	19:00-20:00 Back&Arm Rin.K	19:00-20:00 Basic Elliy
20:30-21:30 Waist Yuina.D	20:30-21:30 Back&Arm Rin.K				20:30-21:30 Back&Arm Rin.K	20:30-21:30 Basic Elliy	20:30-21:30 Hip&Leg Kazuki.I

：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1回に制限されます。

アリオ鷺宮店【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 Waist Rin.K	10:30-11:30 Back&Arm Rin.K	10:30-11:30 Basic Elliy	close	10:30-11:30 Hip&Leg Elliy	10:30-11:30 Basic Elliy		10:30-11:30 Hip&Leg Haruka.I
12:30-13:30 Back&Arm Rin.K	12:00-13:00 Hip&Leg Haruka.I	12:30-13:30 Stretch & Conditioning Haruka.I		12:30-13:30 Stretch & Conditioning Haruka.I	12:30-13:30 Back&Arm Rin.K		12:30-13:30 Basic Elliy
	13:30-14:30 Waist Rin.K	14:30-15:30 Hip&Leg Elliy					
	15:00-16:00 Hip&Leg Kazuki.I	16:30-17:30 Back&Arm Rin.K					
	17:30-18:30 Basic Rin.K						
17:30-18:30 Basic Elliy				17:30-18:30 Waist Rin.K	17:30-18:30 Hip&Leg Haruka.I	17:30-18:30 Waist Elliy	17:30-18:30 Back&Arm Rin.K
19:00-20:00 Hip&Leg Kazuki.I				19:00-20:00 Hip&Leg Haruka.I	19:00-20:00 Waist Rin.K	19:00-20:00 Back&Arm Rin.K	19:00-20:00 Basic Elliy
20:30-21:30 Basic Elliy				20:30-21:30 Basic Rin.K	20:30-21:30 Stretch & Conditioning Haruka.I	20:30-21:30 Basic Elliy	20:30-21:30 Waist Rin.K

アリオ鷺宮店【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 Stretch & Conditioning Haruka.I	10:30-11:30 Hip&Leg Haruka.I	close	10:30-11:30 Waist Rin.K	10:30-11:30 Hip&Leg Haruka.I		10:30-11:30 Back&Arm Rin.K	
12:00-13:00 Waist Rin.K	12:30-13:30 Back&Arm arisa.O		12:30-13:30 Hip&Leg Haruka.I	12:30-13:30 Basic Rin.K		12:30-13:30 Waist Elliy	
13:30-14:30 Basic Elliy	14:30-15:30 Stretch & Conditioning Haruka.I						
15:00-16:00 Back&Arm Rin.K	16:30-17:30 Basic arisa.O						
	999999						
17:30-18:30 Hip&Leg Elliy							
				17:30-18:30 Basic Elliy	17:30-18:30 Waist Elliy	17:30-18:30 Back&Arm Rin.K	17:30-18:30 Basic Rin.K
				19:00-20:00 Stretch & Conditioning Haruka.I	19:00-20:00 Back&Arm Rin.K	19:00-20:00 Basic Elliy	19:00-20:00 Stretch & Conditioning Haruka.I
				20:30-21:30 Hip&Leg Elliy	20:30-21:30 Basic Elliy	20:30-21:30 Waist Rin.K	20:30-21:30 Hip&Leg Elliy

：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）