

大宮店【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 Yuuka.H	10:30~11:30 Hip&Leg Yuuka.H	10:30~11:30 Power up Control ayaka	close	10:30~11:30 Waist MOMO.A	10:30~11:30 Jump to Burn Yuuka.H
		12:00~13:00 Reset Flow moeka.k	12:00~13:00 Waist MOMO.A	12:00~13:00 Back&Arm moeka.k		12:00~13:00 Pilates Workout moeka.k	12:30~13:30 Basic MOMO.A
		13:30~14:30 Hip&Leg Yuuka.H	13:30~14:30 Body Balance moeka.k	13:30~14:30 Stretch & Conditioning Yuuka.H		13:30~14:30 Basic MOMO.A	
		15:00~16:00 Back&Arm moeka.k	15:00~16:00 Basic MOMO.A	15:00~16:00 Style up pilates ayaka			
		17:30~18:30 Release&Strength Yuuka.H	17:30~18:30 Pilates Workout moeka.k				
					18:00~19:00 Hip&Leg Yuuka.H	18:00~19:00 Animal Stretch Naco	
					19:30~20:30 Reset Flow moeka.k	19:30~20:30 Body Balance moeka.k	
					21:00~22:00 Release&Strength Yuuka.H	21:00~22:00 Shape up Waist Naco	

大宮店【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 MOMO.A	10:30~11:30 Back&Spine Naco	10:30~11:30 Shape up Waist Naco	10:30~11:30 Basic Yuuka.H	close	10:30~11:30 Hip Punch Naco	10:30~11:30 Reset Flow moeka.k	10:30~11:30 Shape up Waist Naco
12:00~13:00 Pilates Cardio Naco	12:00~13:00 Hip&Leg Yuuka.H	12:00~13:00 Basic MOMO.A	12:00~13:00 Pilates Barre Naco		12:00~13:00 Back&Arm moeka.k	12:30~13:30 Body Balance moeka.k	12:00~13:30 Pilates Barre Naco
13:30~14:30 Waist MOMO.A	13:30~14:30 Advance Naco	13:30~14:30 Body Balance moeka.k	13:30~14:30 Hip&Leg Yuuka.H		13:30~14:30 Animal Stretch Naco		13:30~14:30 Back&Arm moeka.k
		15:00~16:00 Back&Spine Naco	15:00~16:00 Pilates Cardio Naco				
		17:30~18:30 Back&Arm moeka.k					
18:00~19:00 Release&Strength Yuuka.H	18:00~19:00 Waist MOMO.A				18:00~19:00 Power up Control ayaka	18:00~19:00 Basic MOMO.A	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Yuuka.H
19:30~20:30 Hip Punch Naco	19:30~20:30 Jump to Burn Yuuka.H				19:30~20:30 Basic MOMO.A	19:30~20:30 Release&Strength Yuuka.H	19:30~20:30 Waist MOMO.A
21:00~22:00 Back&Arm Yuuka.H	21:00~22:00 Basic MOMO.A				21:00~22:00 Style up pilates ayaka	21:00~22:00 Hip&Leg Yuuka.H	21:00~22:00 Jump to Burn Yuuka.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。

大宮店【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 Release&Strength Yuuka.H	10:30~11:30 Basic MOMO.A	10:30~11:30 Hip Punch Naco	close	10:30~11:30 Advance Naco	10:30~11:30 Body Balance moeka.k	10:30~11:30 Waist MOMO.A	10:30~11:30 Back&Arm moeka.k
12:00~13:00 Body Balance moeka.k	12:00~13:00 Reset Flow moeka.k	12:00~13:00 Basic MOMO.A		12:00~13:00 Reset Flow moeka.k	12:30~13:30 Basic MOMO.A	12:00~13:00 Jump to Burn Yuuka.H	12:00~13:00 Stretch & Conditioning Yuuka.H
13:30~14:30 Basic Yuuka.H	13:30~14:30 Animal Stretch Naco	13:30~14:30 Pilates Workout moeka.k		13:30~14:30 Back&Spine Naco		13:30~14:30 Basic MOMO.A	13:30~14:30 Body Balance moeka.k
	15:00~16:00 Back&Arm moeka.k	15:00~16:00 Pilates Barre Naco					
	17:30~18:30 Pilates Cardio Naco						
18:00~19:00 Hip Punch Naco				18:00~19:00 Basic Yuuka.H	18:00~19:00 Pilates Cardio Naco	18:00~19:00 Back&Arm moeka.k	18:00~19:00 Back&Spine Naco
19:30~20:30 Pilates Workout moeka.k				19:30~20:30 Waist MOMO.A	19:30~20:30 Hip&Leg Yuuka.H	19:30~20:30 Animal Stretch Naco	19:30~20:30 Basic MOMO.A
21:00~22:00 Back&Spine Naco				21:00~22:00 Jump to Burn Yuuka.H	21:00~22:00 Pilates Barre Naco	21:00~22:00 Advance Naco	21:00~22:00 Hip Punch Naco

大宮店【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 Yuuka.H	10:30~11:30 Hip&Leg Yuuka.H	close	10:30~11:30 Back&Arm moeka.k	10:30~11:30 Power up Control ayaka	10:30~11:30 Release&Strength Yuuka.H	10:30~11:30 Hip&Leg Yuuka.H	
12:00~13:00 Pilates Workout moeka.k	12:00~13:00 Style up pilates ayaka		12:00~13:00 Waist MOMO.A	12:30~13:30 Style up pilates ayaka	12:00~13:00 Shape up Waist Naco	12:00~13:00 Reset Flow moeka.k	
13:30~14:30 Shape up Waist Naco	13:30~14:30 Basic Yuuka.H		13:30~14:30 Reset Flow moeka.k		13:30~14:30 Hip&Leg Yuuka.H	13:30~14:30 Back&Arm Yuuka.H	
15:00~16:00 Waist MOMO.A	15:00~16:00 Power up Control ayaka						
17:30~18:30 Advance Naco							
				18:00~19:00 Hip&Leg Yuuka.H	18:00~19:00 Jump to Burn Yuuka.H	18:00~19:00 Basic MOMO.A	18:00~19:00 Pilates Barre Naco
				19:30~20:30 Basic MOMO.A	19:30~20:30 Back&Arm Yuuka.H	19:30~20:30 Pilates Cardio Naco	19:30~20:30 Waist MOMO.A
				21:00~22:00 Release&Strength Yuuka.H	21:00~22:00 Basic MOMO.A	21:00~22:00 Waist MOMO.A	21:00~22:00 Pilates Workout Naco

👉: 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)