

川崎店【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 Kanami	10:30-11:30 Body Balance Nanami.N	10:30-11:30 Style up pilates honoka	close	10:30-11:30 Back&Spine Kanami	10:30-11:30 Hip Punch Nanami.N
		12:00-13:00 Stretch & Conditioning Chisaki.S	12:00-13:00 Basic Miki.N	12:00-13:00 Pilates Barre Kanami		12:00-13:00 Basic Chisaki.S	12:00-13:00 Pilates Barre Kanami
		13:30-14:30 Waist Miki.N	13:30-14:30 Hip Punch Nanami.N	13:30-14:30 Advance honoka		13:30-14:30 Hip&Leg Kanami	
		15:00-16:00 Hip&Leg Chisaki.S	15:00-16:00 Release&Strength honoka	15:00-16:00 Back&Arm Chisaki.S			
		17:30-18:30 Reset Flow Kanami	17:30-18:30 Waist Miki.N				
					18:00-19:00 Back&Arm Chisaki.S	18:00-19:00 Jump to Burn honoka	
					19:30-20:30 Waist Miki.N	19:30-20:30 Basic Chisaki.S	
					21:00-22:00 Style up pilates honoka	21:00-22:00 Waist Miki.N	

川崎店【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 Pilates Barre Kanami	10:30-11:30 Pilates Cardio honoka	10:30-11:30 Basic Miki.N	10:30-11:30 Release&Strength Minami	close	10:30-11:30 Pilates Workout Nanami.N	10:30-11:30 Shape up Waist honoka	10:30-11:30 Body Balance Nanami.N
12:00-13:00 Hip Punch honoka	12:00-13:00 Waist Miki.N	12:00-13:00 Advance honoka	12:00-13:00 Waist Miki.N		12:00-13:00 Waist Miki.N	12:30-13:30 Basic 未確定	12:00-13:00 Waist Miki.N
13:30-14:30 Shape up Waist Kanami	13:30-14:30 Release&Strength honoka	13:30-14:30 Reset Flow Kanami	13:30-14:30 Pilates Workout Minami		13:30-14:30 Basic 未確定		13:30-14:30 Pilates Workout Nanami.N
		15:00-16:00 Hip Punch Nanami.N	15:00-16:00 Basic Miki.N				
		17:30-18:30 Back&Arm Chisaki.S					
18:00-19:00 Back&Arm Chisaki.S	18:00-19:00 Basic Miki.N				18:00-19:00 Hip Punch Rico	18:00-19:00 Pilates Barre Kanami	18:00-19:00 Back&Spine Kanami
19:30-20:30 Pilates Cardio Yuuna	19:30-20:30 Hip&Leg Chisaki.S				19:30-20:30 Pilates Cardio Kanami	19:30-20:30 Hip&Leg Chisaki.S	19:30-20:30 Basic Chisaki.S
21:00-22:00 Body Balance Yuuna	21:00-22:00 Jump to Burn Kanami				21:00-22:00 Release&Strength honoka	21:00-22:00 Back&Arm Chisaki.S	21:00-22:00 Advance honoka

・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。

川崎店【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 Pilates Barre Kanami	10:30-11:30 Hip&Leg Chisaki.S	10:30-11:30 Style up pilates honoka	close	10:30-11:30 Back&Arm Chisaki.S	10:30-11:30 Advance honoka	10:30-11:30 Back&Spine Kanami	10:30-11:30 Hip&Leg Chisaki.S
12:00-13:00 Basic Mio.I	12:00-13:00 Back&Spine Kanami	12:00-13:00 Basic Chisaki.S		12:00-13:00 Style up pilates honoka	12:30-13:30 Hip&Leg Chisaki.N	12:00-13:00 Basic 未確定	12:00-13:00 Pilates Workout Nanami.N
13:30-14:30 Reset Flow Kanami	13:30-14:30 Basic 未確定	13:30-14:30 Waist Miki.N		13:30-14:30 Hip&Leg Chisaki.S		13:30-14:30 Pilates Cardio Kanami	13:30-14:30 Stretch & Conditioning Chisaki.S
	15:00-16:00 Waist Miki.N	15:00-16:00 Hip&Leg Chisaki.S					
	17:30-18:30 Hip Punch Nanami.N						
18:00-19:00 Pilates Cardio honoka				18:00-19:00 Waist Miki.N	18:00-19:00 Reset Flow Kanami	18:00-19:00 Release&Strength honoka	18:00-19:00 Shape up Waist honoka
19:30-20:30 Style up pilates honoka				19:30-20:30 Basic 未確定	19:30-20:30 Waist Miki.N	19:30-20:30 Hip Punch honoka	19:30-20:30 Basic 未確定
21:00-22:00 Hip&Leg Chisaki.S				21:00-22:00 Back&Spine Kanami	21:00-22:00 Basic Mio.I	21:00-22:00 Waist Miki.N	21:00-22:00 Back&Arm honoka

川崎店【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 Jump to Burn honoka	10:30-11:30 Back&Spine Kanami	close	10:30-11:30 Shape up Waist Rico	10:30-11:30 Basic Chisaki.S	10:30-11:30 Stretch & Conditioning Chisaki.S	10:30-11:30 Jump to Burn Kanami	
12:00-13:00 Pilates Barre Kanami	12:00-13:00 Basic Miki.N		12:00-13:00 Body Balance Nanami.N	12:30-13:30 Shape up Waist Kanami	12:00-13:00 Pilates Cardio Kanami	12:00-13:00 Basic Miki.N	
13:30-14:30 Style up pilates honoka	13:30-14:30 Reset Flow Kanami		13:30-14:30 Back&Arm Kanami		13:30-14:30 Hip&Leg Chisaki.S	13:30-14:30 Back&Spine Kanami	
15:00-16:00 Shape up Waist Kanami	15:00-16:00 Waist Miki.N						
17:30-18:30 Back&Arm Chisaki.S							
				18:00-19:00 Style up pilates honoka	18:00-19:00 Basic Miki.N	18:00-19:00 Back&Arm honoka	18:00-19:00 Body Balance Nanami.N
				19:30-20:30 Hip&Leg Chisaki.S	19:30-20:30 Pilates Cardio honoka	19:30-20:30 Basic Miki.N	19:30-20:30 Release&Strength honoka
				21:00-22:00 Stretch & Conditioning Chisaki.S	21:00-22:00 Waist Miki.N	21:00-22:00 Jump to Burn honoka	21:00-22:00 Advance honoka

：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）