

心齋橋店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月15日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30~11:30 Hip&Leg Kaco.F	10:30~11:30 Release&Strength RIO	close	10:30~11:30 Hip&Leg Kaco.F	10:30~11:30 Basic natsuki.s		10:30~11:30 Hip&Leg Kaco.F	10:30~11:30 Basic natsuki.s
12:00~13:00 Shape up Waist RIO	12:00~13:00 Jump to Burn RIO		12:30~13:30 Basic natsuki.s	12:30~13:30 Release&Strength RIO		12:30~13:30 Back&Arm RIO	12:00~13:00 Hip&Leg Kaco.F
13:30~14:30 Pilates Workout Kaco.F	13:30~14:30 Basic Kaco.F						13:30~14:30 Basic natsuki.s
15:00~16:00 Basic natsuki.s	15:00~16:00 Hip&Leg Kaco.F						15:00~16:00 Release&Strength RIO
17:30~18:30 Back&Arm RIO							17:30~18:30 Pilates Workout Kaco.F
				18:00~19:00 Pilates Barre yui	18:00~19:00 Hip&Leg Kaco.F	18:00~19:00 Pilates Cardio Karin	18:00~19:00 Basic natsuki.s
				19:30~20:30 Back&Spine yui	19:30~20:30 Basic natsuki.s	19:30~20:30 Waist RIO	19:30~20:30 Jump to Burn RIO
				21:00~22:00 Basic Kaco.F	21:00~22:00 Pilates Workout Kaco.F	21:00~22:00 Style up pilates Karin	21:00~22:00 Basic natsuki.s

心齋橋店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30 Pilates Cardio Karin	close	10:30~11:30 Basic natsuki.s	10:30~11:30 Shape up Waist RIO		10:30~11:30 Basic natsuki.s	10:30~11:30 Pilates Workout Kaco.F	10:30~11:30 Back&Spine yui
12:00~13:00 Basic natsuki.s		12:30~13:30 Pilates Workout Kaco.F	12:30~13:30 Back&Arm RIO		12:30~13:30 Release&Strength RIO	12:00~13:00 Basic natsuki.s	12:00~13:00 Shape up Waist RIO
13:30~14:30 Style up pilates Karin		Basic natsuki.s				13:30~14:30 Shape up Waist RIO	13:30~14:30 Stretch & Conditioning yui
15:00~16:00 Basic natsuki.s		Back&Spine yui				15:00~16:00 Basic natsuki.s	15:00~16:00 Jump to Burn RIO
							17:30~18:30 Hip&Leg Kaco.F
			Stretch & Conditioning yui	18:00~19:00 Basic natsuki.s	18:00~19:00 Hip&Leg Kaco.F	18:00~19:00 Pilates Cardio miho	
				19:30~20:30 Hip&Leg Kaco.F	19:30~20:30 Basic natsuki.s	19:30~20:30 Waist RIO	
				21:00~22:00 Basic natsuki.s	21:00~22:00 Pilates Workout Kaco.F	21:00~22:00 Stretch & Conditioning miho	

：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。

心齋橋店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月15日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30~11:30 Back&Arm RIO	10:30~11:30 Basic natsuki.s		10:30~11:30 Jump to Burn RIO	10:30~11:30 Basic Kaco.F	10:30~11:30 Release&Strength RIO	
	12:30~13:30 Basic natsuki.s	12:30~13:30 Jump to Burn RIO		12:30~13:30 Waist natsuki.s	12:00~13:00 Release&Strength RIO	12:00~13:00 Hip&Leg Kaco.F	
					13:30~14:30 Hip&Leg Kaco.F	13:30~14:30 Back&Arm RIO	
					15:00~16:00 Waist natsuki.s	15:00~16:00 Basic Kaco.F	
					17:30~18:30 Basic natsuki.s		
	18:00~19:00 Pilates Barre Karin	18:00~19:00 Stretch & Conditioning yui	18:00~19:00 Basic Kaco.F	18:00~19:00 Release&Strength RIO			
	19:30~20:30 Waist RIO	19:30~20:30 Basic natsuki.s	19:30~20:30 Back&Arm momoka.S	19:30~20:30 Hip&Leg Kaco.F			
	21:00~22:00 Style up pilates Karin	21:00~22:00 Pilates Barre yui	21:00~22:00 Stretch & Conditioning momoka.S	21:00~22:00 Basic Kaco.F			

心齋橋店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30~11:30 Jump to Burn Suzu.K	10:30~11:30 Basic natsuki.s		10:30~11:30 Back&Arm RIO
12:30~13:30 Waist Suzu.K	12:30~13:30 Hip&Leg Kaco.F		12:30~13:30 Waist natsuki.s
18:00~19:00 Back&Arm RIO	18:00~19:00 Basic Kaco.F	18:00~19:00 Waist natsuki.s	18:00~19:00 Hip&Leg Kaco.F
19:30~20:30 Basic natsuki.s	19:30~20:30 Shape up Waist RIO	19:30~20:30 Jump to Burn RIO	19:30~20:30 Release&Strength RIO
21:00~22:00 Waist natsuki.s	21:00~22:00 Back&Arm RIO	21:00~22:00 Release&Strength RIO	21:00~22:00 Pilates Workout Kaco.F

：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）