

NU茶屋町店【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<br>Animal Stretch<br>Sakura.M | 10:30~11:30<br>Back&Arm<br>Amau.H        | close | 10:30~11:30<br>Waist<br>Nozomi.K         | 10:30~11:30<br>Back&Arm<br>Amau.H         | 10:30~11:30<br>Power up Control<br>Sakura.M | 10:30~11:30<br>Basic<br>Nozomi.K        | 10:30~11:30<br>Body Balance<br>Sakura.M   |
| 12:00~13:00<br>Style up pilates<br>michi  | 12:00~13:00<br>Hip Punch<br>michi        |       | 12:00~13:00<br>Hip Punch<br>Amau.H       | 12:00~13:00<br>Basic<br>Kotone.W          | 12:00~13:00<br>Reset Flow<br>Sakura.M       | 12:00~13:00<br>Pilates Cardio<br>michi  | 12:00~13:00<br>Animal Stretch<br>Sakura.M |
| 13:30~14:30<br>Hip Punch<br>Amau.H        | 13:30~14:30<br>Pilates Workout<br>Amau.H |       | 13:30~14:30<br>Jump to Burn<br>Nozomi.K  | 13:30~14:30<br>Hip Punch<br>Amau.H        | 13:30~14:30<br>Basic<br>Kotone.W            | 13:30~14:30<br>Waist<br>Nozomi.K        | 13:30~14:30<br>Basic<br>Kotone.W          |
| 15:00~16:00<br>Advance<br>michi           | 15:00~16:00<br>Body Balance<br>Sakura.M  |       | 15:00~16:00<br>Back&Arm<br>Amau.H        |                                           | 15:00~16:00<br>Back&Spine<br>Sakura.M       |                                         | 15:00~16:00<br>Shape up Waist<br>michi    |
|                                           |                                          |       |                                          |                                           |                                             |                                         |                                           |
| 16:30~17:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H          | 16:30~17:30<br>Reset Flow<br>Sakura.M    |       | 17:30~18:30<br>Shape up Waist<br>michi   | 17:30~18:30<br>Animal Stretch<br>Sakura.M | 17:30~18:30<br>Basic<br>Kotone.W            | 17:30~18:30<br>Reset Flow<br>Sakura.M   | 16:30~17:30<br>Pilates Barre<br>Nozomi.K  |
| 18:00~19:00<br>Basic<br>Nozomi.K          | 18:00~19:00<br>Back&Spine<br>michi       |       | 19:00~20:00<br>Basic<br>Kotone.W         | 19:00~20:00<br>Advance<br>michi           | 19:00~20:00<br>Jump to Burn<br>Nozomi.K     | 19:00~20:00<br>Pilates Workout<br>michi | 18:00~19:00<br>Release&Strength<br>michi  |
| 19:30~20:30<br>Waist<br>Nozomi.K          |                                          |       | 20:30~21:30<br>Release&Strength<br>michi | 20:30~21:30<br>Body Balance<br>Sakura.M   | 20:30~21:30<br>Waist<br>Nozomi.K            | 20:30~21:30<br>Back&Spine<br>Sakura.M   | 19:30~20:30<br>Jump to Burn<br>Nozomi.K   |

NU茶屋町店【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<br>Basic<br>Kotone.W               | 10:30~11:30<br>Basic<br>Kotone.W            | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H          | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H          | 10:30~11:30<br>Pilates Barre<br>Nozomi.K | 10:30~11:30<br>Jump to Burn<br>Nozomi.K     | 10:30~11:30<br>Animal Stretch<br>Sakura.M | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H          |
| 12:00~13:00<br>Stretch & Conditioning<br>michi | 12:00~13:00<br>Back&Arm<br>Amau.H           | 12:00~13:00<br>Reset Flow<br>Sakura.M     | 12:00~13:00<br>Animal Stretch<br>Sakura.M | 12:00~13:00<br>Pilates Workout<br>michi  | 12:00~13:00<br>Basic<br>Kotone.W            | 12:00~13:00<br>Shape up Waist<br>Sakura.M | 12:00~13:00<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M |
| 13:30~14:30<br>Hip&Leg<br>michi                | 13:30~14:30<br>Pilates Workout<br>Amau.H    | 13:30~14:30<br>Hip Punch<br>Amau.H        | 13:30~14:30<br>Back&Arm<br>Amau.H         | 13:30~14:30<br>Waist<br>Nozomi.K         | 13:30~14:30<br>Pilates Barre<br>Nozomi.K    | 13:30~14:30<br>Style up pilates<br>michi  | 13:30~14:30<br>Basic<br>Amau.H            |
| 15:00~16:00<br>Pilates Workout<br>Amau.H       | 15:00~16:00<br>Basic<br>Kotone.W            | 15:00~16:00<br>Back&Spine<br>Sakura.M     |                                           | 15:00~16:00<br>Advance<br>michi          |                                             | 15:00~16:00<br>Basic<br>Kotone.W          | 15:00~16:00<br>Pilates Barre<br>Nozomi.K  |
|                                                |                                             |                                           |                                           |                                          |                                             |                                           |                                           |
| 16:30~17:30<br>Back&Arm<br>Amau.H              | 16:30~17:30<br>Body Balance<br>Sakura.M     | 16:30~17:30<br>Basic<br>Kotone.W          | 17:30~18:30<br>Pilates Barre<br>Nozomi.K  | 17:30~18:30<br>Basic<br>Amau.H           | 17:30~18:30<br>Power up Control<br>Sakura.M | 16:30~17:30<br>Back&Arm<br>Nozomi.K       | 16:30~17:30<br>Waist<br>Nozomi.K          |
| 18:00~19:00<br>Pilates Barre<br>Nozomi.K       | 18:00~19:00<br>Hip&Leg<br>Amau.H            | 18:00~19:00<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M | 19:00~20:00<br>Basic<br>Kotone.W          | 19:00~20:00<br>Hip&Leg<br>Amau.H         | 19:00~20:00<br>Basic<br>Kotone.W            | 18:00~19:00<br>Jump to Burn<br>Nozomi.K   | 18:00~19:00<br>Reset Flow<br>Sakura.M     |
|                                                | 19:30~20:30<br>Power up Control<br>Sakura.M | 19:30~20:30<br>Basic<br>Kotone.W          | 20:30~21:30<br>Pilates Cardio<br>michi    | 20:30~21:30<br>Body Balance<br>michi     | 20:30~21:30<br>Shape up Waist<br>Sakura.M   | 19:30~20:30<br>Back&Spine<br>michi        |                                           |

- 👉: 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。

NU茶屋町店【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 | close | 10:30~11:30<br>Advance<br>momo.O          | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>momo.O          | 10:30~11:30<br>Basic<br>Kotone.W         | 10:30~11:30<br>Reset Flow<br>Sakura.M       | 10:30~11:30<br>Pilates Workout<br>Amau.H | close |
|       |       | 12:00~13:00<br>Basic<br>Kotone.W          | 12:00~13:00<br>Release&Strength<br>momo.O | 12:00~13:00<br>Back&Spine<br>Sakura.M    | 12:00~13:00<br>Basic<br>Kotone.W            | 12:00~13:00<br>Jump to Burn<br>Nozomi.K  |       |
|       |       | 13:30~14:30<br>Jump to Burn<br>Nozomi.K   | 13:30~14:30<br>Shape up Waist<br>Sakura.M | 13:30~14:30<br>Hip&Leg<br>未定             | 13:30~14:30<br>Power up Control<br>Sakura.M | 13:30~14:30<br>Hip Punch<br>Amau.H       |       |
|       |       |                                           | 15:00~16:00<br>Animal Stretch<br>Sakura.M |                                          | 15:00~16:00<br>Waist<br>Nozomi.K            | 15:00~16:00<br>Basic<br>Kotone.W         |       |
|       |       |                                           |                                           |                                          |                                             |                                          |       |
|       |       | 17:30~18:30<br>Hip Punch<br>Amau.H        | 17:30~18:30<br>Waist<br>Nozomi.K          | 17:30~18:30<br>Pilates Workout<br>Amau.H | 17:30~18:30<br>Back&Arm<br>Nozomi.K         | 16:30~17:30<br>Hip&Leg<br>未定             |       |
|       |       | 19:00~20:00<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M | 19:00~20:00<br>Basic<br>Kotone.W          | 19:00~20:00<br>Pilates Barre<br>Nozomi.K | 18:00~19:00<br>Hip&Leg<br>未定                | 18:00~19:00<br>Waist<br>Nozomi.K         |       |
|       |       | 20:30~21:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H          | 20:30~21:30<br>Jump to Burn<br>Nozomi.K   | 20:30~21:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H         | 19:30~20:30<br>Pilates Barre<br>Nozomi.K    | 19:30~20:30<br>Basic<br>Kotone.W         |       |

NU茶屋町店【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<br>Basic<br>Amau.H          | 10:30~11:30<br>Back&Spine<br>Sakura.M     | 10:30~11:30<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M | 10:30~11:30<br>Shape up Waist<br>momo.O  |
| 12:00~13:00<br>Waist<br>Nozomi.K        | 12:00~13:00<br>Hip&Leg<br>未定              | 12:00~13:00<br>Basic<br>Kotone.W          | 12:00~13:00<br>Hip&Leg<br>未定             |
| 13:30~14:30<br>Advance<br>momo.O        | 13:30~14:30<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M | 13:30~14:30<br>Pilates Barre<br>Nozomi.K  | 13:30~14:30<br>Pilates Workout<br>Amau.H |
| 15:00~16:00<br>Back&Arm<br>Amau.H       |                                           | 15:00~16:00<br>Hip&Leg<br>未定              |                                          |
|                                         |                                           |                                           |                                          |
| 17:30~18:30<br>Body Balance<br>Sakura.M | 17:30~18:30<br>Basic<br>Amau.H            | 17:30~18:30<br>Hip Punch<br>Amau.H        | 17:30~18:30<br>Waist<br>Nozomi.K         |
| 19:00~20:00<br>Shape up Waist<br>momo.O | 19:00~20:00<br>Pilates Workout<br>Amau.H  | 19:00~20:00<br>Release&Strength<br>momo.O | 19:00~20:00<br>Body Balance<br>Sakura.M  |
| 20:30~21:30<br>Reset Flow<br>Sakura.M   | 20:30~21:30<br>Power up Control<br>momo.O | 20:30~21:30<br>Back&Arm<br>Amau.H         | 20:30~21:30<br>Basic<br>Nozomi.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客様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)