

天王寺店【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
10:00~11:00 Reset Flow Karin	10:30~11:30 Hip&Leg Suzu.K	close	10:00~11:00 Basic Suzu.K	10:30~11:30 Body Balance yui	10:00~11:00 Release&Strength Aina	10:30~11:30 Pilates Workout yui	10:00~11:00 Pilates Barre maki.U
11:30~12:30 Waist Suzu.K	12:00~13:00 Advance yui		11:30~12:30 Shape up Waist maki.U	12:00~13:00 Basic Maho.T	11:30~12:30 Pilates Barre maki.U	12:00~13:00 Waist maki.U	11:30~12:30 Basic Maho.T
13:00~14:00 Basic Maho.T	13:30~14:30 Jump to Burn Suzu.K		13:00~14:00 Hip&Leg Suzu.K	13:30~14:30 Advance yui	13:00~14:00 Back&Arm Aina	13:30~14:30 Stretch & Conditioning yui	13:00~14:00 Shape up Waist maki.U
14:30~15:30 Style up pilates Karin	15:00~16:00 Back&Spine yui		14:30~15:30 Pilates Barre maki.U	14:30~15:30 Pilates Barre maki.U	14:30~15:30 Body Balance maki.U	14:30~15:30 Body Balance maki.U	14:30~15:30 Waist Suzu.K
16:00~17:00 Hip&Leg Suzu.K	16:30~17:30 Hip Punch maki.U		16:00~17:00 Hip Punch maki.U				16:00~17:00 Hip Punch maki.U
17:30~18:30 Pilates Barre maki.U	18:00~19:00 Basic Maho.T		17:30~18:30 Pilates Barre maki.U				17:30~18:30 Basic Maho.T
19:00~20:00 Shape up Waist maki.U			18:00~19:00 Waist Suzu.K	18:00~19:00 Back&Arm momoka.S	18:00~19:00 Jump to Burn Suzu.K	18:00~19:00 Reset Flow Karin	19:00~20:00 Hip&Leg Suzu.K
			19:30~20:30 Animal Stretch Karin	19:30~20:30 Hip&Leg Suzu.K	19:30~20:30 Basic Maho.T	19:30~20:30 Power up Control Karin	
			21:00~22:00 Style up pilates karin	21:00~22:00 Pilates Cardio momoka.S	21:00~22:00 Waist Suzu.K	21:00~22:00 Back&Arm momoka.S	

天王寺店【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 Basic Maho.T	close	10:00~11:00 Style up pilates Karin	10:30~11:30 Back&Arm yun	10:00~11:00 Advance Aina	10:30~11:30 Back&Spine yui	10:00~11:00 Stretch & Conditioning yui	10:30~11:30 Waist maki.U
12:00~13:00 Hip Punch maki.U		11:30~12:30 Shape up Waist maki.U	12:00~13:00 Power up Control yun	11:30~12:30 Style up pilates Karin	12:00~13:00 Jump to Burn Suzu.K	11:30~12:30 Hip&Leg Suzu.K	12:00~13:00 Reset Flow Karin
13:30~14:30 Waist maki.U		13:00~14:00 Basic maho	13:30~14:30 Reset Flow Karin	13:00~14:00 Back&Arm Aina	13:30~14:30 Release&Strength yui	13:00~14:00 Animal Stretch Karin	13:30~14:30 Basic Maho.T
15:00~16:00 Jump to Burn Suzu.K		14:30~15:30 Reset Flow Karin	14:30~15:30 Animal Stretch Karin	14:30~15:30 Animal Stretch Karin	14:30~15:30 Pilates Workout yui	14:30~15:30 Pilates Barre maki.U	
16:30~17:30 Hip&Leg Suzu.K		16:00~17:00 Pilates Cardio Karin	16:00~17:00 Pilates Cardio Karin	16:00~17:00 Pilates Cardio Karin	16:00~17:00 Style up pilates Karin	16:30~17:30 Pilates Cardio Karin	
18:00~19:00 Basic Maho.T		17:30~18:30 Waist maki.U	17:30~18:30 Waist maki.U	17:30~18:30 Waist maki.U	17:30~18:30 Basic Maho.T	17:30~18:30 Basic Maho.T	18:00~19:00 Back&Arm Karin
		19:00~20:00 Body Balance maki.U	18:00~19:00 Basic Maho.T	18:00~19:00 Shape up Waist yui	18:00~19:00 Hip Punch maki.U	19:00~20:00 Power up Control Karin	
			19:30~20:30 Pilates Workout yui	19:30~20:30 Body Balance maki.U	19:30~20:30 Basic Maho.T		
			21:00~22:00 Pilates Barre maki.U	21:00~22:00 Back&Spine yui	21:00~22:00 Waist maki.U		

- 📌: 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。

天王寺店【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	10:00～11:00 Back&Spine yui	10:30～11:30 Animal Stretch Karin	10:00～11:00 Back&Arm Aina	10:30～11:30 Shape up Waist maki.U	10:00～11:00 Hip Punch maki.U	10:30～11:30 Hip&Leg Suzu.K	
	11:30～12:30 Back&Arm Ayumu.K	12:00～13:00 Pilates Workout Karin	11:30～12:30 Waist Momoka.U	12:00～13:00 Body Balance maki.U	11:30～12:30 Waist maki.U	12:00～13:00 Pilates Barre maki.U	
	13:00～14:00 Release&Strength yui	13:30～14:30 Basic Maho.T	13:00～14:00 Advance Aina	13:30～14:30 Hip&Leg Suzu.K	13:00～14:00 Pilates Workout yui	13:30～14:30 Waist Suzu.K	
	14:30～15:30 Style up pilates Karin		14:30～15:30 Basic Momoka.U		14:30～15:30 Stretch & Conditioning yui	15:00～16:00 Basic Maho.T	
					16:00～17:00 Hip&Leg 未確定	16:30～17:30 Shape up Waist maki.U	
					17:30～18:30 Basic Maho.T	18:00～19:00 Body Balance maki.U	
	18:00～19:00 Basic maki.U	18:00～19:00 Waist Momoka.U	18:00～19:00 Hip&Leg Suzu.K	18:00～19:00 Jump to Burn Suzu.K	19:00～20:00 Release&Strength yui		
	19:30～20:30 Hip&Leg Suzu.K	19:30～20:30 Hip Punch maki.U	19:30～20:30 Basic Maho.T	19:30～20:30 Waist Suzu.K			
21:00～22:00 Shape up Waist maki.U	21:00～22:00 Body Balance maki.U	21:00～22:00 Jump to Burn Suzu.K	21:00～22:00 Basic Maho.T				

天王寺店【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
10:00～11:00 Reset Flow Karin	10:30～11:30 Pilates Workout yui	10:00～11:00 Hip&Leg Suzu.K	10:30～11:30 Basic Maho.T
11:30～12:30 Basic Maho.T	12:00～13:00 Back&Arm Ayumu.K	11:30～12:30 Release&Strength Aina	12:00～13:00 Jump to Burn Suzu.K
13:00～14:00 Pilates Cardio Karin	13:30～14:30 Stretch & Conditioning yui	13:00～14:00 Waist Suzu.K	13:30～14:30 Hip&Leg Suzu.K
14:30～15:30 Back&Spine yui		14:30～15:30 Back&Arm Aina	
18:00～19:00 Pilates Workout yui	18:00～19:00 Animal Stretch Karin	18:00～19:00 Style up pilates Karin	18:00～19:00 Waist maki.U
19:30～20:30 Back&Arm yui	19:30～20:30 Pilates Cardio Karin	19:30～20:30 Basic Maho.T	19:30～20:30 Advance yui
21:00～22:00 Power up Control Karin	21:00～22:00 Basic Suzu.K	21:00～22:00 Back&Spine 未確定	21:00～22:00 Hip Punch maki.U

👉：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）