

新宿店【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 Pilates Workout Marin	10:30~11:30 Hip&Leg Mika	close	10:30~11:30 Waist Nanami.K	10:30~11:30 Back&Spine ririka	10:30~11:30 Basic Nanami.K	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Yuuki	10:30~11:30 Pilates Barre ririka
12:00~13:00 Jump to Burn Marin	12:00~13:00 Animal Stretch Yuuki		12:00~13:00 Pilates Barre ririka	12:00~13:00 Basic Nanami.K	12:00~13:00 Waist Nanami.K	12:00~13:00 Pilates Cardio Marin	12:00~13:00 Hip&Leg Mika
13:30~14:30 Waist Nanami.K	13:30~14:30 Basic Mika		13:30~14:30 Basic Nanami.K		13:30~14:30 Back&Arm Mika	13:30~14:30 Jump to Burn Marin	13:30~14:30 Hip Punch ririka
15:00~16:00 Body Balance Yuuki	15:00~16:00 Stretch & Conditioning Yuuki						15:00~16:00 Waist Nanami.K
17:30~18:30 Hip Punch ririka							17:30~18:30 Back&Arm Mika
				18:00~19:00 Jump to Burn Marin	18:00~19:00 Pilates Cardio Mika	18:00~19:00 Shape up Waist Yuuki	18:00~19:00 Back&Spine ririka
				19:30~20:30 Pilates Cardio Marin	19:30~20:30 Waist Yuuki	19:30~20:30 Basic Mika	19:30~20:30 Hip&Leg Mika
				21:00~22:00 Body Balance Yuuki	21:00~22:00 Hip&Leg Mika	21:00~22:00 Animal Stretch Yuuki	21:00~22:00 Pilates Workout ririka

新宿店【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 Animal Stretch Marin	close	10:30~11:30 Basic Nanami.K	10:30~11:30 Back&Arm Yuuki	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Yuuki	10:30~11:30 Waist Nanami.K	10:30~11:30 Back&Spine ririka	10:30~11:30 Body Balance Yuuki
12:00~13:00 Jump to Burn Marin		12:00~13:00 Hip Punch ririka	12:00~13:00 Waist Nanami.K	12:00~13:00 Animal Stretch Marin	12:00~13:00 Back&Arm Mika	12:00~13:00 Basic Nanami.K	12:00~13:00 Waist Nanami.K
13:30~14:30 Waist Nanami.K		13:30~14:30 Back&Spine Yuuki	13:30~14:30 Jump to Burn Marin	13:30~14:30 Basic Nanami.K	13:30~14:30 Shape up Waist ririka	13:30~14:30 Back&Arm Yuuki	13:30~14:30 Back&Arm Yuuki
15:00~16:00 Back&Arm Mika		15:00~16:00 Pilates Barre ririka	15:00~16:00 Pilates Barre ririka	15:00~16:00 Pilates Barre ririka	15:00~16:00 Hip&Leg Mika	15:00~16:00 Hip&Leg Mika	15:00~16:00 Basic Nanami.K
		17:30~18:30 Shape up Waist Yuuki	17:30~18:30 Shape up Waist Yuuki	17:30~18:30 Shape up Waist Yuuki	17:30~18:30 Pilates Cardio Mika	17:30~18:30 Pilates Cardio Mika	17:30~18:30 Pilates Cardio Mika
		18:00~19:00 Hip&Leg Mika	18:00~19:00 Hip&Leg Mika	18:00~19:00 Basic Mika	18:00~19:00 Back&Arm Yuuki	18:00~19:00 Back&Arm Yuuki	18:00~19:00 Back&Arm Yuuki
		19:30~20:30 Pilates Workout Marin	19:30~20:30 Pilates Workout Marin	19:30~20:30 Pilates Barre ririka	19:30~20:30 Basic Mika	19:30~20:30 Basic Mika	19:30~20:30 Basic Mika
		21:00~22:00 Pilates Cardio Marin	21:00~22:00 Pilates Cardio Marin	21:00~22:00 Hip&Leg Mika	21:00~22:00 Animal Stretch Yuuki	21:00~22:00 Animal Stretch Yuuki	21:00~22:00 Animal Stretch Yuuki

：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4回に制限されます。

新宿店【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 Yuuki	10:30~11:30 Basic Nanami.K	10:30~11:30 Release&Strength ririka	10:30~11:30 Pilates Cardio Mika	10:30~11:30 Waist Mika	10:30~11:30 Jump to Burn ririka	
	12:00~13:00 Hip&Leg Mika	12:00~13:00 Pilates Cardio azu	12:00~13:00 Waist Nanami.K	12:00~13:00 Basic Mika	12:00~13:00 Body Balance ririka	12:00~13:00 Pilates Barre ririka	
	13:30~14:30 Body Balance Yuuki		13:30~14:30 Basic Nanami.K	13:30~14:30 Shape up Waist Yuuki	13:30~14:30 Hip&Leg Mika	13:30~14:30 Basic Nanami.K	
					15:00~16:00 Pilates Workout ririka	15:00~16:00 Waist Nanami.K	
					17:30~18:30 Release&Strength ririka		
	18:00~19:00 Basic ririka	18:00~19:00 Jump to Burn azu	18:00~19:00 Back&Arm Yuuki	18:00~19:00 Pilates Barre ririka			
	19:30~20:30 Hip&Leg Mika	19:30~20:30 Waist Yuuki	19:30~20:30 Pilates Workout ririka	19:30~20:30 Back&Spine Yuuki			
	21:00~22:00 Back&Spine ririka	21:00~22:00 Hip&Leg Mika	21:00~22:00 Stretch & Conditioning Yuuki	21:00~22:00 Hip Punch ririka			

新宿店【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 Animal Stretch Yuuki	10:30~11:30 Hip Punch ririka	10:30~11:30 Pilates Workout Jyuli	10:30~11:30 Waist Nanami.K
12:00~13:00 Waist Nanami.K	12:00~13:00 Basic Nanami.K	12:00~13:00 Jump to Burn Jyuli	12:00~13:00 Basic Nanami.K
13:30~14:30 Basic Nanami.K		13:30~14:30 Waist Nanami.K	13:30~14:30 Hip&Leg Mika
18:00~19:00 Hip&Leg Mika	18:00~19:00 Pilates Cardio Mika	18:00~19:00 Stretch & Conditioning ririka	18:00~19:00 Back&Arm Yuuki
19:30~20:30 Shape up Waist Yuuki	19:30~20:30 Body Balance Yuuki	19:30~20:30 Back&Arm Mika	19:30~20:30 Release&Strength ririka
21:00~22:00 Back&Arm Mika	21:00~22:00 Basic Mika	21:00~22:00 Pilates Barre ririka	21:00~22:00 Back&Spine Yuuki

：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）