

池袋店【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 Jump to Burn Mirai.B	10:00~11:00 Hip Punch Saya.N	close	10:00~11:00 Pilates Workout ayaka	10:00~11:00 Hip&Leg yuuka.Y	10:00~11:00 Waist Mirai.B	10:00~11:00 Basic yuuka.Y	10:00~11:00 Shape up Waist Naco	
11:30~12:30 Back&Arm Miharu.K	11:30~12:30 Basic yuuka.Y		11:30~12:30 Back&Spine Ami.H	11:30~12:30 Waist Mirai.B	11:30~12:30 Hip&Leg yuuka.Y	11:30~12:30 Jump to Burn Mirai.B	11:30~12:30 Hip&Leg yuuka.Y	
13:00~14:00 Pilates Cardio ayaka	13:00~14:00 Waist Makiko.M		13:00~14:00 Style up pilates ayaka	13:00~14:00 Body Balance yuuka.Y	13:00~14:00 Hip Punch Mirai.B	13:00~14:00 Waist Makiko.M	13:00~14:00 Stretch & Conditioning Mirai.B	
14:30~15:30 Basic Miharu.K	14:30~15:30 Stretch & Conditioning Saya.N		14:30~15:30 Waist Ami.H	14:30~15:30 Basic Mirai.B	14:30~15:30 Back&Arm yuuka.Y	14:30~15:30 Hip&Leg yuuka.Y	14:30~15:30 Reset Flow Naco	
16:00~17:00 Reset Flow ayaka	16:00~17:00 Style up pilates Makiko.M						16:00~17:00 Advance Ami.H	
17:30~18:30 Shape up Waist Makiko.M	17:30~18:30 Jump to Burn Mirai.B						17:30~18:30 Pilates Barre Mirai.B	
19:00~20:00 Back&Spine Ami.H	19:00~20:00 Power up Control Ami.H			18:00~19:00 Basic Miharu.K	18:00~19:00 Pilates Barre Naco	18:00~19:00 Release&Strength Makiko.M	18:00~19:00 Back&Arm Miharu.K	19:00~20:00 Animal Stretch Ami.H
				19:30~20:30 Body Balance Makiko.M	19:30~20:30 Waist Makiko.M	19:30~20:30 Back&Spine Ami.H	19:30~20:30 Advance Ami.H	
			21:00~22:00 Hip&Leg yuuka.Y	21:00~22:00 Shape up Waist Naco	21:00~22:00 Style up pilates Makiko.M	21:00~22:00 Basic Miharu.K		

池袋店【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
10:00~11:00 Basic YUNA.S	close	10:00~11:00 Shape up Waist Makiko.M	10:00~11:00 Release&Strength ayaka	10:00~11:00 Back&Spine Ami.H	10:00~11:00 Hip Punch Mirai.B	10:00~11:00 Basic Miharu.K	10:00~11:00 Back&Arm ayaka
11:30~12:30 Style up pilates Makiko.M		11:30~12:30 Back&Arm Miharu.K	11:30~12:30 Advance Ami.H	11:30~12:30 Shape up Waist Makiko.M	11:30~12:30 Back&Spine Ami.H	11:30~12:30 Pilates Cardio ayaka	11:30~12:30 Power up Control Ami.H
13:00~14:00 Back&Arm Miharu.K		13:00~14:00 Hip&Leg yuuka.Y	13:00~14:00 Reset Flow Makiko.M	13:00~14:00 Basic Mirai.B	13:00~14:00 Pilates Barre Mirai.B	13:00~14:00 Back&Arm Miharu.K	13:00~14:00 Release&Strength ayaka
14:30~15:30 Hip&Leg Makiko.M		14:30~15:30 Back&Spine ayaka	14:30~15:30 Style up pilates ayaka		14:30~15:30 Animal Stretch Ami.H	14:30~15:30 Body Balance yuuka.Y	14:30~15:30 Hip Punch Mirai.B
16:00~17:00 Waist YUNA.S		16:00~17:00 Basic Miharu.K				16:00~17:00 Basic Miharu.K	16:00~17:00 Body Balance yuuka.Y
17:30~18:30 Hip Punch Mirai.B		17:30~18:30 Body Balance yuuka.Y				17:30~18:30 Reset Flow ayaka	17:30~18:30 Animal Stretch Ami.H
19:00~20:00 Basic Miharu.K		19:00~20:00 Power up Control ayaka	18:00~19:00 Jump to Burn Mirai.B	18:00~19:00 Hip&Leg yuuka.Y	18:00~19:00 Basic Miharu.K	19:00~20:00 Hip&Leg yuuka.Y	19:00~20:00 Pilates Barre Mirai.B
			19:30~20:30 Basic yuuka.Y	19:30~20:30 Back&Arm Miharu.K	19:30~20:30 Body Balance yuuka.Y		
		21:00~22:00 Waist Mirai.B	21:00~22:00 Pilates Workout ayaka	21:00~22:00 Back&Arm Miharu.K	21:00~22:00 Basic Miharu.K		

- 📌: 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。

池袋店【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 Hip&Leg yuuka.Y	10:00～11:00 Pilates Barre Mirai.B	10:00～11:00 Pilates Cardio Ako	10:00～11:00 Waist Mirai.B	10:00～11:00 Hip&Leg yuuka.Y	10:00～11:00 Animal Stretch Ami.H	close
	11:30～12:30 Waist Mirai.B	11:30～12:30 Shape up Waist Ako	11:30～12:30 Jump to Burn Mirai.B	11:30～12:30 Back&Arm Miharu.K	11:30～12:30 Basic Miharu.K	11:30～12:30 Reset Flow ayaka	
	13:00～14:00 Body Balance yuuka.Y	13:00～14:00 Waist Mirai.B	13:00～14:00 Style up pilates ayaka	13:00～14:00 Hip Punch Mirai.B	13:00～14:00 Body Balance yuuka.Y	13:00～14:00 Basic yuuka.Y	
	14:30～15:30 Jump to Burn Mirai.B	14:30～15:30 Animal Stretch Ako	14:30～15:30 Reset Flow Ako	14:30～15:30 Basic Miharu.K	14:30～15:30 Back&Spine Ami.H	14:30～15:30 Advance Ami.H	
					16:00～17:00 Hip&Leg Miharu.K	16:00～17:00 Back&Arm yuuka.Y	
					17:30～18:30 Back&Arm Miharu.K	17:30～18:30 Pilates Workout ayaka	
	18:00～19:00 Back&Arm Miharu.K	18:00～19:00 Basic Miharu.K	18:00～19:00 Body Balance yuuka.Y	18:00～19:00 Advance Ami.H	19:00～20:00 Power up Control Ami.H	19:00～20:00 Hip&Leg yuuka.Y	
	19:30～20:30 Back&Spine Ami.H	19:30～20:30 Power up Control Ami.H	19:30～20:30 Basic Miharu.K	19:30～20:30 Hip&Leg yuuka.Y			
21:00～22:00 Basic Miharu.K	21:00～22:00 Style up pilates ayaka	21:00～22:00 Hip&Leg yuuka.Y	21:00～22:00 Back&Spine Ami.H				

池袋店【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 ayaka	10:00～11:00 Back&Arm yuuka.Y	10:00～11:00 Basic Miharu.K	10:00～11:00 Hip&Leg Miharu.K
11:30～12:30 Style up pilates ayaka	11:30～12:30 Basic yuuka.Y	11:30～12:30 Pilates Cardio ayaka	11:30～12:30 Waist Ami.H
13:00～14:00 Basic Miharu.K	13:00～14:00 Jump to Burn ayaka	13:00～14:00 Hip&Leg Miharu.K	13:00～14:00 Basic Miharu.K
14:30～15:30 Pilates Barre Mirai.B			14:30～15:30 Power up Control Ami.H
18:00～19:00 Hip&Leg Miharu.K	18:00～19:00 Hip Punch Mirai.B	18:00～19:00 Basic yuuka.Y	18:00～19:00 Reset Flow Mirai.B
19:30～20:30 Waist Mirai.B	19:30～20:30 Hip&Leg Miharu.K	19:30～20:30 Animal Stretch Ami.H	19:30～20:30 Back&Arm yuuka.Y
21:00～22:00 Back&Arm Miharu.K	21:00～22:00 Back&Spine Ami.H	21:00～22:00 Body Balance yuuka.Y	21:00～22:00 Hip Punch Mirai.B

👉: 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

※上記受付時間外は電話での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)