

浦和PARCO店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年2月2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 arisa.O	10:30~11:30 Reset Flow Haruka	close	10:30~11:30 Back&Arm natsumi.N	10:30~11:30 Jump to Burn mayumi	10:30~11:30 Back&Spine mayumi	10:30~11:30 Style up pilates Haruka	10:30~11:30 Reset Flow Haruka	
12:00~13:00 Power up Control mayumi	12:00~13:00 Back&Arm arisa.O		12:00~13:00 Advance mayumi	12:30~13:30 Body Balance arisa.O	12:00~13:00 Hip&Leg Syuri.K	12:00~13:00 Pilates Barre Itsuki	12:00~13:00 Jump to Burn Yuu.Y	
13:30~14:30 Basic yuina.D	13:30~14:30 Animal Stretch Haruka		13:30~14:30 Basic natsumi.N		13:30~14:30 Release&Strength mayumi	13:30~14:30 Shape up Waist Haruka	13:30~14:30 Pilates Workout Haruka	
15:00~16:00 Waist mayumi	15:00~16:00 Basic Akane.S						15:00~16:00 Basic Yuu.Y	
17:30~18:30 Body Balance arisa.O							17:30~18:30 Waist Yuina.D	
				18:00~19:00 Basic arisa.O	18:00~19:00 Hip&Leg Syuri.K	18:00~19:00 Waist Yuina.D	18:00~19:00 Stretch & Conditioning arisa.O	
				19:30~20:30 Pilates Barre mayumi	19:30~20:30 Basic arisa.O	19:30~20:30 Back&Arm Syuri.K	19:30~20:30 Power up Control Chinatsu	
				21:00~22:00 Hip&Leg arisa.O	21:00~22:00 Waist Syuri.K	21:00~22:00 Basic Yuina.D	21:00~22:00 Back&Arm mayumi	

浦和PARCO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 arisa.O	close	10:30~11:30 Animal Stretch Haruka	10:30~11:30 Style up pilates Haruka	10:30~11:30 Basic Yuu.Y	10:30~11:30 Animal Stretch Haruka	10:30~11:30 Hip Punch Haruka	10:30~11:30 Body Balance arisa.O
12:00~13:00 Release&Strength mayumi		12:00~13:00 Back&Arm arisa.O	12:30~13:30 Basic Akane.S	12:00~13:00 Power up Control Sazuki	12:00~13:00 Hip&Leg arisa.O	12:00~13:00 Basic Akane.S	12:00~13:00 Waist Yuu.Y
13:30~14:30 Hip&Leg arisa.O		13:30~14:30 Hip Punch Haruka		13:30~14:30 Shape up Waist Yuu.Y	13:30~14:30 Reset Flow Haruka	13:30~14:30 Jump to Burn mayumi	13:30~14:30 Basic arisa.O
15:00~16:00 Power up Control mayumi		15:00~16:00 Waist mayumi				15:00~16:00 Style up pilates Haruka	15:00~16:00 Pilates Workout Haruka
		17:30~18:30 Stretch & Conditioning arisa.O				17:30~18:30 Basic Akane.S	
			18:00~19:00 Pilates Barre mayumi	18:00~19:00 Back&Arm arisa.O	18:00~19:00 Release&Strength mayumi		
			19:30~20:30 Back&Arm Miharu.K	19:30~20:30 Advance mayumi	19:30~20:30 Body Balance arisa.O		
			21:00~22:00 Jump to Burn mayumi	21:00~22:00 Stretch & Conditioning arisa.O	21:00~22:00 Back&Spine mayumi		

・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。

浦和PARCO店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年2月2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&Spine Chinatsu	10:30～11:30 Advance mayumi	10:30～11:30 Shape up Waist Haruka	10:30～11:30 Hip Punch Haruka	10:30～11:30 Body Balance arisa.O	10:30～11:30 Hip&Leg Haruka	close
	12:00～13:00 Jump to Burn Chinatsu	12:30～13:30 Waist Haruka	12:00～13:00 Basic Akane.S	12:30～13:00 Back&Arm arisa.O	12:00～13:00 Stretch & Conditioning Kiko.M	12:00～13:00 Basic mayumi	
	13:30～14:30 Basic Akane.S		13:30～14:30 Style up pilates Haruka	13:30～14:30 Reset Flow Haruka	13:30～14:30 Animal Stretch Haruka	13:30～14:30 Hip Punch Haruka	
					15:00～16:00 Basic Akane.S	15:00～16:00 Back&Spine mayumi	
					17:30～18:30 Shape up Waist Haruka		
	18:00～19:00 Hip&Leg arisa.O	18:00～19:00 Pilates Cardio Mizuki	18:00～19:00 Basic yuina	18:00～19:00 Back&Spine mayumi			
	19:30～20:30 Power up Control mayumi	19:30～20:30 Basic Mizuki	19:30～20:30 Pilates Barre mayumi	19:30～20:30 Basic arisa.O			
	21:00～22:00 Back&Arm arisa.O	21:00～22:00 Hip Punch Haruka	21:00～22:00 Waist yuina	21:00～22:00 Release&Strength mayumi			

浦和PARCO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 Hip&Leg arisa.O	10:30～11:30 Basic arisa.O	10:30～11:30 Hip&Leg arisa.O	10:30～11:30 Release&Strength mayumi
12:00～13:00 Pilates Barre mayumi	12:30～13:30 Shape up Waist Haruka	12:00～13:00 Jump to Burn mayumi	12:00～13:00 Basic Akane.S
13:30～14:30 Stretch & Conditioning arisa.O		13:30～14:30 Back&Arm mayumi	13:30～14:30 Power up Control mayumi
18:00～19:00 Pilates Cardio Sazuki	18:00～19:00 Advance mayumi	18:00～19:00 Hip Punch Haruka	18:00～19:00 Pilates Workout arisa.O
19:30～20:30 Waist mayumi	19:30～20:30 Animal Stretch Haruka	19:30～20:30 Basic Akane.S	19:30～20:30 Style up pilates Haruka
21:00～22:00 Back&Spine Sazuki	21:00～22:00 Release&Strength mayumi	21:00～22:00 Reset Flow Haruka	21:00～22:00 Hip&Leg arisa.O

：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）