

西梅田店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年3月9日更新

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30~11:30 Back&Arm Natsuho	10:30~11:30 Pilates Barre Ikumi.S	close	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Yuna	10:30~11:30 Shape up Waist Natsuho		10:30~11:30 Stretch & Conditioning Ikumi.S	10:30~11:30 Waist Ikumi.S
12:00~13:00 Jump to Burn Yuna	12:00~13:00 Basic Natsuho		12:30~13:30 Jump to Burn Yuna	12:30~13:30 Waist Kei		12:30~13:30 Pilates Cardio Natsuho	12:00~13:00 Shape up Waist Natsuho
13:30~14:30 Hip&Leg Natsuho	13:30~14:30 Release&Strength Ikumi.S						13:30~14:30 Basic Ikumi.S
15:00~16:00 Back&Spine Kei	15:00~16:00 Shape up Waist Ntsuho						15:00~16:00 Pilates Cardio Yuna
17:30~18:30 Waist Yuna							17:30~18:30 Hip&Leg Natsuho
				18:00~19:00 Hip&Leg Natsuho	18:00~19:00 Pilates Workout kei	18:00~19:00 Waist Ikumi.S	18:00~19:00 Basic Yuna
				19:30~20:30 Back&Spine mami	19:30~20:30 Basic Natsuho	19:30~20:30 Jump to Burn Yuna	19:30~20:30 Pilates Barre Ikumi.S
				21:00~22:00 Pilates Barre mami	21:00~22:00 Pilates Cardio Yuna	21:00~22:00 Release&Strength Ikumi.S	21:00~22:00 Back&Arm Yuna

西梅田店【3月9日～3月16日スケジュール】

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 Pilates Cardio Natsuho	close	10:30~11:30 Back&Arm Yuna	10:30~11:30 Basic Ikumi.S		10:30~11:30 Back&Arm Yuna	10:30~11:30 Basic Natsuho	10:30~11:30 Hip&Leg Natsuho	
12:00~13:00 Stretch & Conditioning Yuna		12:30~13:30 Hip&Leg Asuka.H	12:30~13:30 Pilates Workout Kei		12:30~13:30 Pilates Barre Ikumi.S	12:00~13:00 Waist Ikumi.S	12:00~13:00 Basic Natsuho	
13:30~14:30 Back&Arm Natsuho						13:30~14:30 Pilates Workout Kei	13:30~14:30 Pilates Cardio Yuna	
15:00~16:00 Jump to Burn Yuna						15:00~16:00 Pilates Barre Ikumi.S	15:00~16:00 Back&Spine Yuna	
							17:30~18:30 Release&Strength Kei	
			18:00~19:00 Basic Ikumi.S	18:00~19:00 Jump to Burn Yuna	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Yuna	18:00~19:00 Hip&Leg Natsuho		
			19:30~20:30 Jump to Burn Asuka.H	19:30~20:30 Back&Arm Yuna	19:30~20:30 Shape up Waist Natsuho	19:30~20:30 Pilates Cardio Yuna		
			21:00~22:00 Waist Ikumi.S	21:00~22:00 Shape up Waist Natsuho	21:00~22:00 Pilates Workout Kei	21:00~22:00 Basic Natsuho		

・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。

西梅田店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年3月9日更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30~11:30 Hip&Leg Kei	10:30~11:30 Waist Ikumi.S	10:30~11:30 Jump to Burn Yuna	10:30~11:30 Pilates Cardio Kei	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Ikumi.S	10:30~11:30 Waist Kei	close
	12:30~13:30 Release&Strength Ikumi.S	12:30~13:30 Jump to Burn Kei	12:00~13:00 Hip&Leg Natsuho	12:30~13:30 Basic Natsuho	12:00~13:00 Back&Spine Kei	12:00~13:00 Pilates Cardio Yuna	
			13:30~14:30 Waist Ikumi.S		13:30~14:30 Back&Arm Natsuho	13:30~14:30 Pilates Workout Kei	
			15:00~16:00 Back&Spine Yuna		15:00~16:00 Jump to Burn Kei	15:00~16:00 Basic Yuna	
			17:30~18:30 Pilates Barre Ikumi.S		17:30~18:30 Shape up Waist Natsuho		
	18:00~19:00 Back&Arm Yuna	18:00~19:00 Shape up Waist Natsuho		18:00~19:00 Waist Ikumi.S			
	19:30~20:30 Pilates Workout Kei	19:30~20:30 Basic Ikumi.S		19:30~20:30 Hip&Leg Natsuho			
	21:00~22:00 Pilates Cardio Yuna	21:00~22:00 Back&Arm Natsuho		21:00~22:00 Release&Strength Ikumi.S			

西梅田店【3月25日～3月31日スケジュール】

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30~11:30 Shape up Waist Natsuho	10:30~11:30 Back&Spine Yuna		10:30~11:30 Stretch & Conditioning Ikumi.S	10:30~11:30 Shape up Waist Kei	10:30~11:30 Back&Spine Yuna	close
12:30~13:30 Back&Arm Yuna	12:30~13:30 Pilates Barre Natsuho		12:30~13:30 Pilates Workout Kei	12:00~13:00 Release&Strength Ikumi.S	12:00~13:00 Waist Ikumi	
				13:30~14:30 Pilates Cardio Natsuho	13:30~14:30 Basic Ikumi	
				15:00~16:00 Hip&Leg Kei	15:00~16:00 Pilates Cardio Yuna	
				17:30~18:30 Basic Yuna		
18:00~19:00 Stretch & Conditioning Ikumi.S	18:00~19:00 Hip&Leg Kei	18:00~19:00 Pilates Workout Kei	18:00~19:00 Pilates Barre Natsuho			
19:30~20:30 Back&Spine Yuna	19:30~20:30 Release&Strength Ikumi.S	19:30~20:30 Pilates Cardio Yuna	19:30~20:30 Basic Ikumi.S			
21:00~22:00 Basic Ikumi.S	21:00~22:00 Shape up Waist Kei	21:00~22:00 Back&Spine Yuna	21:00~22:00 Hip&Leg Natsuho			

：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）