

あびこショッピングプラザ店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年2月21日更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30～11:30 Basic akane.t	10:30～11:30 Back&Arm Airi.K		10:30～11:30 Hip&Leg Airi.K	10:30～11:30 Basic 未定	close	close	10:30～11:30 Stretch & Conditioning akane.t	
12:30～13:30 Waist akane.t	12:30～13:30 Basic Airi.K		12:30～13:30 Back&Arm Airi.K	12:30～13:30 Waist Mana.H			12:30～13:30 Basic 未定	
				14:30～15:30 Basic 未定				
				16:30～17:30 Back&Arm Mana.H				
18:00～19:00 Hip&Leg Airi.K	18:00～19:00 Basic akane.t	18:00～19:00 Back&Arm Airi.K	18:00～19:00 Basic 未定					18:00～19:00 Basic 未定
20:30～21:30 Basic Airi.K	20:30～21:30 Stretch & Conditioning akane.t	20:30～21:30 Waist akane.t	20:30～21:30 Hip&Leg akane.t					20:30～21:30 Waist akane.t

あびこショッピングプラザ店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30～11:30 Basic akane.t		10:30～11:30 Waist akane.t	10:30～11:30 Hip&Leg akane.t	close	close	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Waist akane.t		
12:30～13:30 Hip&Leg Airi.K		12:30～13:30 Hip&Leg akane.t	12:30～13:30 Basic 未定			12:30～13:30 Back&Arm Airi.K	12:30～13:30 Basic 未定		
			14:30～15:30 Stretch & Conditioning akane.t						
			16:30～17:30 Basic 未定						
18:00～19:00 Back&Arm Airi.K	18:00～19:00 Basic 未定	18:00～19:00 Waist Akari						18:00～19:00 Hip&Leg Airi.K	18:00～19:00 Basic Airi.K
20:30～21:30 Basic 未定	20:30～21:30 Hip&Leg akane.t	20:30～21:30 Basic 未定						20:30～21:30 Back&Arm Airi.K	19:30～20:30 Stretch & Conditioning akane.t
									21:00～22:00 Back&Arm Airi.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時間前定にお願いしております。
  - ・レッスン開始時刻1時間前を切ったの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。

あびこショッピングプラザ店【4月17日～4月24日スケジュール】

2025年2月21日更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24		
木	金	土	日	月	火	水	木		
	10:30～11:30 Hip&Leg 📌 akane.t	10:30～11:30 Basic 📌 未定	close	close	10:30～11:30 Back&Arm 📌 Airi.K	10:30～11:30 Basic 📌 Airi.K			
	12:30～13:30 Back&Arm 📌 Airi.K	12:30～13:30 Back&Arm 📌 Airi.K			12:30～13:30 Hip&Leg 📌 Airi.K	12:30～13:30 Back&Arm 📌 Airi.K			
		14:30～15:30 Basic 📌 未定							
		16:30～17:30 Hip&Leg 📌 Airi.K							
18:00～19:00 Stretch & Conditioning 📌 akane.t	18:00～19:00 Basic 📌 未定						18:00～19:00 Basic 📌 未定	18:00～19:00 Waist 📌 akane.t	18:00～19:00 Basic 📌 Airi.K
19:30～20:30 Basic 📌 未定	19:30～20:30 Back&Arm 📌 Airi.K						19:30～20:30 Waist 📌 akane.t	19:30～20:30 Basic 📌 未定	19:30～20:30 Stretch & Conditioning 📌 akane.t
21:00～22:00 Waist 📌 akane.t	21:00～22:00 Basic 📌 未定				21:00～22:00 Basic 📌 未定	21:00～22:00 Hip&Leg 📌 akane.t	21:00～22:00 Back&Arm 📌 Airi.K		

あびこショッピングプラザ店【4月25日～4月31日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30	
金	土	日	月	火	水	
10:30～11:30 Stretch & Conditioning 📌 akane.t	10:30～11:30 Hip&Leg 📌 Kanoka	close	close	10:30～11:30 Waist 📌 akane.t	10:30～11:30 Hip&Leg 📌 akane.t	
12:30～13:30 Basic 📌 akane.t	12:30～13:30 Basic 📌 未定			12:30～13:30 Basic 📌 未定	12:30～13:30 Basic 📌 未定	
	14:30～15:30 Waist 📌 Kanoka			14:30～15:30 Stretch & Conditioning 📌 akane.t		
	16:30～17:30 Basic 📌 未定			16:30～17:30 Basic 📌 未定		
18:00～19:00 Waist 📌 Kanoka						18:00～19:00 Back&Arm 📌 Airi.K
19:30～20:30 Basic 📌 未定						19:30～20:30 Hip&Leg 📌 Airi.K
21:00～22:00 Hip&Leg 📌 Kanoka				21:00～22:00 Basic 📌 未定		

📌：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）