

八王子オクトーレ店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年2月15日更新

| 03/01  | 03/02                                   | 03/03 | 03/04                                   | 03/05                                   | 03/06                                   | 03/07                                 | 03/08                                      |   |
|--|---|-------|---|---|---|---------------------------------------|--|---|
| 10:30~11:30<br>Stretch & Conditioning<br>Aoi.M | 10:30~11:30<br>Waist<br>Mayu.K          | close | 10:30~11:30<br>Basic<br>mizuki.H        | 10:30~11:30<br>Pilates Cardio<br>arisa  |   | 10:30~11:30<br>Advance<br>Hitomi      | 10:30~11:30<br>Basic<br>未定                 |   |
| 12:00~13:00<br>Basic<br>Mayu.K                 | 12:00~13:00<br>Pilates Barre<br>Moeka.Y |       | 12:30~13:30<br>Pilates Workout<br>arisa | 12:30~13:30<br>Basic<br>mizuki.H        |   | 12:30~13:30<br>Basic<br>未定            | 12:00~13:00<br>Back&Arm<br>Ayumi.S         |   |
| 13:30~14:30<br>Back&Arm<br>Moeka.Y             | 13:30~14:30<br>Basic<br>Mayu.K          |       |   |   |   |                                       | 13:30~14:30<br>Power up Control<br>arisa   |   |
| 15:00~16:00<br>Shape up Waist<br>Aoi.M         | 15:00~16:00<br>Back&Spine<br>mizuki.H   |       |   |   |   |                                       | 15:00~16:00<br>Release&Strength<br>Ayumi.S |   |
|  |   |       |   |   |   |                                       |  |   |
| 17:30~18:30<br>Hip&Leg<br>Mayu.K               |   |       | 17:30~18:30<br>Back&Arm<br>Mayu.K       | 17:30~18:30<br>Waist<br>Moeka.Y         | 17:30~18:30<br>Basic<br>mizuki.H        | 17:30~18:30<br>Basic<br>mizuki.H      | 17:30~18:30<br>Waist<br>Moeka.Y            | 17:30~18:30<br>Pilates Barre<br>Moeka.Y |
|  |   |       | 19:00~20:00<br>Body Balance<br>arisa    | 19:00~20:00<br>Back&Arm<br>Mayu.K       | 19:00~20:00<br>Hip&Leg<br>Moeka.Y       | 19:00~20:00<br>Hip&Leg<br>Moeka.Y     | 19:00~20:00<br>Jump to Burn<br>mizuki.H    |   |
|  |   |       | 20:30~21:30<br>Hip&Leg<br>Mayu.K        | 20:30~21:30<br>Pilates Barre<br>Moeka.Y | 20:30~21:30<br>Pilates Barre<br>Moeka.Y | 20:30~21:30<br>Back&Spine<br>mizuki.H | 20:30~21:30<br>Basic<br>未定                 |   |

八王子オクトーレ店【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                                      |  |
|---|-------|------------------------------------|---|---------------------------------------|--|--|--|--|
| 10:30~11:30<br>Jump to Burn<br>mizuki.H | close | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>cocoro.f | 10:30~11:30<br>Body Balance<br>arisa    |                                       | 10:30~11:30<br>Jump to Burn<br>mizuki.H        | 10:30~11:30<br>Back&Spine<br>arisa       | 10:30~11:30<br>Basic<br>未定                 |  |
| 12:00~13:00<br>Pilates Cardio<br>arisa  |       | 12:30~13:30<br>Back&Arm<br>Moeka.Y | 12:30~13:30<br>Hip&Leg<br>cocoro.f      |                                       | 12:30~13:30<br>Back&Arm<br>Moeka.Y             | 12:00~13:00<br>Hip&Leg<br>mizuki.H       | 12:00~13:00<br>Release&Strength<br>Ayumi.S |  |
| 13:30~14:30<br>Pilates Barre<br>Moeka.Y |       |                                    |   |                                       |  | 13:30~14:30<br>Body Balance<br>arisa     | 13:30~14:30<br>Basic<br>未定                 |  |
| 15:00~16:00<br>Waist<br>mizuki.H        |       |                                    |   |                                       |  | 15:00~16:00<br>Basic<br>未定               | 15:00~16:00<br>Back&Arm<br>Ayumi.S         |  |
|   |       |                                    |   |                                       |  |  |  |  |
|   |       |                                    | 17:30~18:30<br>Waist<br>cocoro.f        | 17:30~18:30<br>Basic<br>Moeka.Y       | 17:30~18:30<br>Stretch & Conditioning<br>Aoi.M | 17:30~18:30<br>Power up Control<br>arisa | 17:30~18:30<br>Waist<br>mizuki.H           |  |
|   |       |                                    | 19:00~20:00<br>Basic<br>未定              | 19:00~20:00<br>Back&Spine<br>mizuki.H | 19:00~20:00<br>Shape up Waist<br>Aoi.M         | 19:00~20:00<br>Basic<br>未定               |  |  |
|   |       |                                    | 20:30~21:30<br>Pilates Barre<br>Moeka.Y | 20:30~21:30<br>Waist<br>Moeka.Y       | 20:30~21:30<br>Basic<br>未定                     | 20:30~21:30<br>Advance<br>arisa          |  |  |

- 👉: 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。

八王子オクトーレ店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年2月15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<br>Waist<br>mizuki.H        | 10:30~11:30<br>Pilates Barre<br>Moeka.Y   | 10:30~11:30<br>Back&Arm<br>Ayumi.S         | 10:30~11:30<br>Waist<br>Moeka.Y    | 10:30~11:30<br>Hip&Leg<br>Ayumi.S       | 10:30~11:30<br>Jump to Burn<br>mizuki.H | close |
|                            | 12:30~13:30<br>Basic<br>未定              | 12:30~13:30<br>Waist<br>mizuki.H          | 12:00~13:00<br>Jump to Burn<br>mizuki.H    | 12:30~13:30<br>Basic<br>未定         | 12:00~13:00<br>Waist<br>Moeka.Y         | 12:00~13:00<br>Back&Arm<br>Ayumi.S      |       |
|                            |   |   | 13:30~14:30<br>Release&Strength<br>Ayumi.S |                                    | 13:30~14:30<br>Basic<br>未定              | 13:30~14:30<br>Pilates Barre<br>Moeka.Y |       |
|                            |   |   | 15:00~16:00<br>Back&Spine<br>mizuki.H      |                                    | 15:00~16:00<br>Back&Arm<br>Ayumi.S      | 15:00~16:00<br>Hip&Leg<br>Ayumi.S       |       |
|                            |   |   |  |                                    |   |   |       |
|                            |   |   |  |                                    |   |   |       |
|                            | 17:30~18:30<br>Back&Arm<br>Moeka.Y      | 17:30~18:30<br>Release&Strength<br>Mika.N | 17:30~18:30<br>Hip&Leg<br>Ayumi.S          | 17:30~18:30<br>Back&Arm<br>Ayumi.S | 17:30~18:30<br>Jump to Burn<br>mizuki.H |   |       |
|                            | 19:00~20:00<br>Hip&Leg<br>Moeka.Y       | 19:00~20:00<br>Basic<br>未定                |  | 19:00~20:00<br>Basic<br>mizuki.H   |   |   |       |
| 20:30~21:30<br>Basic<br>未定 | 20:30~21:30<br>Shape up Waist<br>Mika.N |   | 20:30~21:30<br>Hip&Leg<br>Ayumi.S          |                                    |   |   |       |

八王子オクトーレ店【3月25日～3月28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<br>Pilates Cardio<br>Moeka.Y | 10:30~11:30<br>Basic<br>未定                 |                                       | 10:30~11:30<br>Back&Spine<br>mizuki.H  | 10:30~11:30<br>Back&Arm<br>Moeka.Y       | 10:30~11:30<br>Release&Strength<br>Ayumi.S | close |
| 12:30~13:30<br>Waist<br>mizuki.H         | 12:30~13:30<br>Release&Strength<br>Ayumi.S |                                       | 12:30~13:30<br>Pilates Workout<br>Riri | 12:00~13:00<br>Basic<br>未定               | 12:00~13:00<br>Back&Spine<br>mizuki.H      |       |
|  |  |                                       |  | 13:30~14:30<br>Pilates Cardio<br>Moeka.Y | 13:30~14:30<br>Waist<br>Moeka.Y            |       |
|  |  |                                       |  | 15:00~16:00<br>Basic<br>未定               | 15:00~16:00<br>Jump to Burn<br>mizuki.H    |       |
|  |  |                                       |  |  |  |       |
|  |  |                                       |  |  |  |       |
| 17:30~18:30<br>Hip&Leg<br>mizuki.H       | 17:30~18:30<br>Waist<br>Moeka.Y            | 17:30~18:30<br>Back&Spine<br>mizuki.H | 17:30~18:30<br>Basic<br>未定             | 17:30~18:30<br>Body Balance<br>Riri      |  |       |
| 19:00~20:00<br>Basic<br>未定               | 19:00~20:00<br>Pilates Cardio<br>mizuki.H  | 19:00~20:00<br>Basic<br>未定            | 19:00~20:00<br>Hip&Leg<br>Moeka.Y      |  |  |       |
| 20:30~21:30<br>Shape up Waist<br>Mika.N  | 20:30~21:30<br>Pilates Barre<br>Moeka.Y    | 20:30~21:30<br>Hip&Leg<br>mizuki.H    | 20:30~21:30<br>Back&Arm<br>Moeka.Y     |  |  |       |

👉: 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)