

大宮店【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
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 Hip Punch Naco	10:30～11:30 Basic Yuuka.H	close	10:30～11:30 Animal Stretch Naco	10:30～11:30 Shape up Waist Naco	10:30～11:30 Advance Naco	10:30～11:30 Hip&Leg Yuuka.H	10:30～11:30 Back&Arm moeka.k
12:00～13:00 Back&Arm moeka.k	12:00～13:00 Pilates Cardio Naco		12:00～13:00 Reset Flow moeka.k	12:30～13:30 Basic Naco	12:00～13:00 Jump to Burn Yuuka.H	12:00～13:00 Waist MOMO.A	12:00～13:00 Power up Control Naco
13:30～14:30 Pilates Barre Naco	13:30～14:30 Hip&Leg Yuuka.H		13:30～14:30 Hip Punch Naco		13:30～14:30 Pilates Barre Naco	13:30～14:30 Release&Strength Yuuka.H	13:30～14:30 Basic MOMO.A
15:00～16:00 Pilates Workout moeka.k	15:00～16:00 Shape up Waist Naco						15:00～16:00 Pilates Barre Naco
17:30～18:30 Basic Yuuka.H							17:30～18:30 Waist MOMO.A
			18:00～19:00 Basic MOMO.A	18:00～19:00 Hip&Leg Yuuka.H	18:00～19:00 Waist MOMO.A	18:00～19:00 Pilates Cardio Naco	
			19:30～20:30 Back&Spine moeka.k	19:30～20:30 Back&Arm moeka.k	19:30～20:30 Hip&Leg Yuuka.H	19:30～20:30 Basic MOMO.A	
			21:00～22:00 Waist MOMO.A	21:00～22:00 Jump to Burn Yuuka.H	21:00～22:00 Basic MOMO.A	21:00～22:00 Shape up Waist Naco	

大宮店【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 Workout moeka.k	close	10:30～11:30 Back&Arm moeka.k	10:30～11:30 Basic Naco	10:30～11:30 Jump to Burn Yuuka.H	10:30～11:30 Hip Punch Naco	10:30～11:30 Body Balance moeka.k	10:30～11:30 Waist MOMO.A
12:00～13:00 Stretch & Conditioning Yuuka.H		12:00～13:00 Hip&Leg Yuuka.H	12:30～13:30 Shape up Waist Naco	12:00～13:00 Advance Naco	12:00～13:00 Basic MOMO.A	12:00～13:00 Basic MOMO.A	12:00～13:00 Power up Control Naco
13:30～14:30 Reset Flow moeka.k		13:30～14:30 Body Balance moeka.k		13:30～14:30 Stretch & Conditioning Yuuka.H	13:30～14:30 Pilates Cardio Naco	13:30～14:30 Release&Strength Yuuka.H	13:30～14:30 Basic MOMO.A
15:00～16:00 Hip&Leg Yuuka.H						15:00～16:00 Back&Arm moeka.k	15:00～16:00 Animal Stretch Naco
						17:30～18:30 Jump to Burn Yuuka.H	
		18:00～19:00 Hip Punch Naco	18:00～19:00 Pilates Workout moeka.k	18:00～19:00 Basic MOMO.A	18:00～19:00 Reset Flow moeka.k		
		19:30～20:30 Basic Yuuka.H	19:30～20:30 Waist MOMO.A	19:30～20:30 Animal Stretch Naco	19:30～20:30 Basic MOMO.A		
		21:00～22:00 Power up Control Naco	21:00～22:00 Back&Spine moeka.k	21:00～22:00 Waist MOMO.A	21:00～22:00 Back&Arm moeka.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。

大宮店【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 Basic  MOMO.A	10:30～11:30 Power up Control Naco	10:30～11:30 Jump to Burn Yuuka.H	10:30～11:30 Basic  Mone.N	10:30～11:30 Stretch & Conditioning  Yuuka.H	10:30～11:30 Hip&Leg  Yuuka.H	close
	12:00～13:00 Animal Stretch Naco	12:30～13:30 Pilates Barre Naco	12:00～13:00 Basic  MOMO.A	12:00～13:00 Waist  MOMO.A	12:00～13:00 Pilates Workout miyu	12:00～13:00 Back&Arm  moeka.k	
	13:30～14:30 Waist  MOMO.A		13:30～14:30 Back&Arm  Yuuka.H	13:30～14:30 Hip&Leg  Mone.N	13:30～14:30 Waist  MOMO.A	13:30～14:30 Jump to Burn Yuuka.H	
			15:00～16:00 Waist  MOMO.A		15:00～16:00 Pilates Barre miyu	15:00～16:00 Back&Spine moeka.k	
			17:30～18:30 Release&Strength Yuuka.H		17:30～18:30 Hip&Leg  Yuuka.H		
	18:00～19:00 Hip&Leg  Yuuka.H	18:00～19:00 Waist  MOMO.A		18:00～19:00 Jump to Burn Yuuka.H			
	19:30～20:30 Advance Naco	19:30～20:30 Jump to Burn Yuuka.H		19:30～20:30 Waist  MOMO.A			
	21:00～22:00 Release&Strength Yuuka.H	21:00～22:00 Basic  MOMO.A		21:00～22:00 Hip&Leg  Yuuka.H			

大宮店【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 Waist  MOMO.A	10:30～11:30 Basic  MOMO.A	10:30～11:30 Body Balance moeka.k	10:30～11:30 Pilates Workout moeka.k	10:30～11:30 Basic  MOMO.A	10:30～11:30 Back&Arm  moeka.k	close
12:00～13:00 Pilates Cardio Yuuka.H	12:30～13:30 Back&Spine moeka.k	12:00～13:00 Basic  MOMO.A	12:00～13:00 Waist  MOMO.A	12:00～13:00 Hip Punch Naco	12:00～13:00 Advance Naco	
13:30～14:30 Basic  MOMO.A		13:30～14:30 Back&Arm  moeka.k	13:30～14:30 Reset Flow moeka.k	13:30～14:30 Pilates Cardio Yuuka.H	13:30～14:30 Back&Spine moeka.k	
				15:00～16:00 Waist  MOMO.A	15:00～16:00 Power up Control Naco	
				17:30～18:30 Animal Stretch Naco		
18:00～19:00 Back&Arm  moeka.k	18:00～19:00 Basic  Yuuka.H	18:00～19:00 Release&Strength Yuuka.H	18:00～19:00 Shape up Waist Naco			
19:30～20:30 Hip&Leg  Yuuka.H	19:30～20:30 Body Balance moeka.k	19:30～20:30 Basic  MOMO.A	19:30～20:30 Stretch & Conditioning  Yuuka.H			
21:00～22:00 Reset Flow moeka.k	21:00～22:00 Jump to Burn Yuuka.H	21:00～22:00 Pilates Cardio Yuuka.H	21:00～22:00 Pilates Barre Naco			

：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）