

奈良大安寺店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年2月4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 Basic Ai.F | 10:30~11:30 Stretch & Conditioning Ai.F | close | 10:30~11:30 Back&Arm mai.M | 10:30~11:30 Hip&Leg Lin | | 10:30~11:30 Pilates Barre moe.K | 10:30~11:30 Shape up Waist Lin | |
| 12:00~13:00 Jump to Burn moe.K | 12:30~13:30 Basic mai.M | | 12:30~13:30 Waist moe.K | 12:30~13:30 Basic Ai.F | | 12:30~13:30 Hip&Leg Lin | 12:00~13:00 Jump to Burn moe.K | |
| 13:30~14:30 Stretch & Conditioning Ai.F | 14:30~15:30 Back&Arm Ai.F | | | | | | 13:30~14:30 Hip&Leg Lin | |
| 15:00~16:00 Waist moe.K | 16:30~17:30 Basic mai.M | | | | | | 15:00~16:00 Basic moe.K | |
| | | | | | | | | |
| 17:30~18:30 Pilates Barre moe.K | | | | | | | 17:30~18:30 Waist Lin | |
| | | | | 18:00~19:00 Hip&Leg Lin | 18:00~19:00 Shape up Waist Lin | 18:00~19:00 Back&Arm mai.M | 18:00~19:00 Basic Ai.F | |
| | | | | 19:30~20:30 Basic moe.K | 19:30~20:30 Back&Arm Ai.F | 19:30~20:30 Stretch & Conditioning Ai.F | 19:30~20:30 Back&Arm mai.M | |
| | | | | 21:00~22:00 Jump to Burn Lin | 21:00~22:00 Pilates Barre moe.K | 21:00~22:00 Basic mai.M | 21:00~22:00 Stretch & Conditioning Ai.F | |

奈良大安寺店【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 mai.M | close | 10:30~11:30 Basic Lin | 10:30~11:30 Waist Lin | | 10:30~11:30 Jump to Burn moe.K | 10:30~11:30 Hip&Leg Kanako.Y | 10:30~11:30 Shape up Waist Lin | |
| 12:30~13:30 Stretch & Conditioning Ai.F | | 12:00~13:00 Back&Arm mai.M | 12:30~13:30 Stretch & Conditioning rina | | 12:30~13:30 Hip&Leg Lin | 12:00~13:00 Pilates Barre moe.K | 12:30~13:30 Jump to Burn moe.K | |
| 14:30~15:30 Basic mai.M | | 13:30~14:30 Hip&Leg Lin | | | | 13:30~14:30 Basic Kanako.Y | 14:30~15:30 Hip&Leg Lin | |
| 16:30~17:30 Back&Arm Ai.F | | 15:00~16:00 Basic mai.M | | | | 15:00~16:00 Waist moe.K | 16:30~17:30 Waist moe.K | |
| | | | | | | | | |
| | | | 17:30~18:30 Shape up Waist Lin | | | | 17:30~18:30 Back&Arm Kanako.Y | |
| | | | | 18:00~19:00 Basic moe.K | 18:00~19:00 Shape up Waist Lin | 18:00~19:00 Back&Arm Lin | | |
| | | | | 19:30~20:30 Jump to Burn Lin | 19:30~20:30 Basic misaki.E | 19:30~20:30 Pilates Barre moe.K | | |
| | | | | 21:00~22:00 Pilates Barre moe.K | 21:00~22:00 Hip&Leg Lin | 21:00~22:00 Basic Lin | | |

：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。

奈良大安寺店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年2月4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 Basic moe.K | 10:30~11:30 Back&Arm Lin | | 10:30~11:30 Waist moe.K | 10:30~11:30 Basic moe.K | 10:30~11:30 Hip&Leg Lin | | |
| | 12:30~13:30 Waist moe.K | 12:30~13:30 Pilates Barre Lin | | 12:30~13:30 Shape up Waist Lin | 12:00~13:00 Back&Arm Lin | 12:30~13:30 Basic moe.K | | |
| | | | | | 13:30~14:30 Waist moe.K | 14:30~15:30 Back&Arm Lin | | |
| | | | | | | 15:00~16:00 Hip&Leg Lin | 16:30~17:30 Pilates Barre moe.K | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | 17:30~18:30 Jump to Burn moe.K | | |
| | 18:00~19:00 Basic Lin | 18:00~19:00 Waist moe.K | 18:00~19:00 Hip&Leg Lin | 18:00~19:00 Basic nono.K | | | | |
| | 19:30~20:30 Jump to Burn moe.K | 19:30~20:30 Basic Lin | 19:30~20:30 Waist moe.K | 19:30~20:30 Pilates Barre Lin | | | | |
| | 21:00~22:00 Hip&Leg Lin | 21:00~22:00 Jump to Burn moe.K | 21:00~22:00 Back&Arm Lin | 21:00~22:00 Basic nono.K | | | | |
| | | | | | | | close | |

奈良大安寺店【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 Waist moe.K | 10:30~11:30 Pilates Barre Lin | | 10:30~11:30 Waist moe.K |
| 12:30~13:30 Jump to Burn Lin | 12:30~13:30 Waist Lin | | 12:30~13:30 Basic moe.K |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| 18:00~19:00 Back&Arm Lin | 18:00~19:00 Basic moe.K | 18:00~19:00 Stretch & Conditioning miho | 18:00~19:00 Hip&Leg Lin |
| 19:30~20:30 Waist moe.K | 19:30~20:30 Hip&Leg Lin | 19:30~20:30 Waist moe.K | 19:30~20:30 Basic moe.K |
| 21:00~22:00 Basic Lin | 21:00~22:00 Jump to Burn moe.K | 21:00~22:00 Basic moe.K | 21:00~22:00 Pilates Barre Lin |

：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）