

立川店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月15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 Pilates Cardio Riri	10:30~11:30 Hip&Leg Sachi	close	10:30~11:30 Pilates Workout Sachi	10:30~11:30 Basic Nonka	10:30~11:30 Reset Flow Mizuki	10:30~11:30 Back&Arm runa.m	10:30~11:30 Hip&Leg Sachi
12:00~13:00 Basic runa.m	12:00~13:00 Back&Arm runa.m		12:00~13:00 Basic runa.m	12:00~13:00 Pilates Cardio Mizuki	12:00~13:00 Shape up Waist Mika.N	12:00~13:00 Hip&Leg Mizuki	12:00~13:00 Pilates Workout Riri
13:30~14:30 Back&Spine Riri	13:30~14:30 Basic runa.m		13:30~14:30 Hip&Leg Sachi	13:30~14:30 Back&Arm Nonka	13:30~14:30 Basic runa.m	13:30~14:30 Release&Strength Mika.N	13:30~14:30 Waist Sachi
15:00~16:00 Back&Arm runa.m	15:00~16:00 Style up pilates Mika.N		15:00~16:00 Pilates Barre Riri		15:00~16:00 Back&Arm runa.m		15:00~16:00 Back&Spine Riri
16:30~17:30 Pilates Workout Riri	16:30~17:30 Waist Sachi						16:30~17:30 Pilates Barre Arisa
18:00~19:00 Body Balance Sachi	18:00~19:00 Basic Sachi		18:00~19:00 Animal Stretch Riri	18:00~19:00 Waist Sachi	18:00~19:00 Pilates Workout Sachi	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Sachi	18:00~19:00 Back&Arm yukino
19:30~20:30 Stretch & Conditioning Sachi			19:30~20:30 Back&Arm runa.m	19:30~20:30 Body Balance Sachi	19:30~20:30 Waist Sachi	19:30~20:30 Reset Flow Mika.N	19:30~20:30 Jump to Burn yukino
			21:00~22:00 Hip Punch Riri	21:00~22:00 Basic runa.m	21:00~22:00 Advance Riri	21:00~22:00 Body Balance Sachi	

立川店【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 runa.m	close	10:30~11:30 Waist Mika.N	10:30~11:30 Basic runa.m	10:30~11:30 Shape up Waist U.	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Sachi	10:30~11:30 Jump to Burn U.	10:30~11:30 Hip&Leg U.
12:00~13:00 Waist U.		12:00~13:00 Back&Arm runa.m	12:00~13:00 Pilates Barre Sakura	12:00~13:00 Hip&Leg U.	12:00~13:00 Waist Mika.N	12:00~13:00 Basic Sachi	12:00~13:00 Back&Arm natsumi.n
13:30~14:30 Reset Flow Mika.N		13:30~14:30 Reset Flow Mika.N	13:30~14:30 Jump to Burn Sakura	13:30~14:30 Basic runa.m	13:30~14:30 Pilates Workout Sachi	13:30~14:30 Shape up Waist U.	13:30~14:30 Waist Riri
15:00~16:00 Hip&Leg U.		15:00~16:00 Hip Punch Hitomi		15:00~16:00 Body Balance Sachi		15:00~16:00 Release&Strength Mika.N	15:00~16:00 Style up pilates Mika.N
16:30~17:30 Jump to Burn U.		16:30~17:30 Waist Kiko				16:30~17:30 Back&Spine itsuki	16:30~17:30 Basic natsumi.n
18:00~19:00 Shape up Waist Mika.N		18:00~19:00 Basic runa.m	18:00~19:00 Reset Flow Hitomi	18:00~19:00 Hip&Leg Sachi	18:00~19:00 Release&Strength Mika.N	18:00~19:00 Waist itsuki	18:00~19:00 Release&Strength Mika.N
		19:30~20:30 Stretch & Conditioning Kiko	19:30~20:30 Advance Riri	19:30~20:30 Back&Spine Riri	19:30~20:30 Pilates Cardio Riri	19:30~20:30 Pilates Workout Sachi	
			21:00~22:00 Hip&Leg Sachi	21:00~22:00 Pilates Cardio Riri	21:00~22:00 Animal Stretch Riri		

👉: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。

立川店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月15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 Release&Strength Mika.N	10:30~11:30 Advance Riri	10:30~11:30 Basic natsumi.n	10:30~11:30 Hip Punch Riri	10:30~11:30 Back&Arm runa.m	10:30~11:30 Basic runa.m	
	12:00~13:00 Back&Arm runa.m	12:00~13:00 Basic runa.m	12:00~13:00 Hip&Leg Riri	12:00~13:00 Basic natsumi.n	12:00~13:00 Reset Flow Mika.N	12:00~13:00 Shape up Waist Mika.N	
	13:30~14:30 Style up pilates Riri	13:30~14:30 Pilates Cardio Riri	13:30~14:30 Body Balance Riri	13:30~14:30 Jump to Burn Riri	13:30~14:30 Basic runa.m	13:30~14:30 Back&Arm runa.m	
	15:00~16:00 Basic runa.m		15:00~16:00 Back&Arm natsumi.n		15:00~16:00 Hip&Leg 未確定	15:00~16:00 Release&Strength Mika.N	
					16:30~17:30 Waist Mika.N	16:30~17:30 Basic Riho.S	
	18:00~19:00 Basic runa.m	18:00~19:00 Hip&Leg Riri	18:00~19:00 Waist Mika.N	18:00~19:00 Shape up Waist Mika.N	18:00~19:00 Style up pilates Mika.N	18:00~19:00 Waist Riho.S	
	19:30~20:30 Hip Punch Riri	19:30~20:30 Basic natsumi.n	19:30~20:30 Animal Stretch Riri	19:30~20:30 Back&Arm U.	19:30~20:30 Basic natsumi		
21:00~22:00 Pilates Barre Riri	21:00~22:00 Back&Arm natsumi.n	21:00~22:00 Style up pilates Mika.N	21:00~22:00 Waist Mika.N				

立川店【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 Style up pilates Mika.N	10:30~11:30 Reset Flow Mika.N	10:30~11:30 Basic natsumi.n	10:30~11:30 Back&Arm runa.m
12:00~13:00 Body Balance Mari.y	12:00~13:00 Basic runa.m	12:00~13:00 Hip&Leg 未確定	12:00~13:00 Basic runa.m
13:30~14:30 Waist Mika.N	13:30~14:30 Release&Strength Mika.N	13:30~14:30 Back&Arm natsumi.n	13:30~14:30 Pilates Workout Riri
15:00~16:00 Hip&Leg Mari.y		15:00~16:00 Pilates Barre Riri	
18:00~19:00 Basic Mei	18:00~19:00 Pilates Cardio Riri	18:00~19:00 Jump to Burn Mei	18:00~19:00 Back&Spine Riri
19:30~20:30 Pilates Barre Mika.N	19:30~20:30 Hip&Leg 未確定	19:30~20:30 Basic runa.m	19:30~20:30 Animal Stretch Riri
21:00~22:00 Back&Arm Mei	21:00~22:00 Hip Punch Riri	21:00~22:00 Advance Mei	21:00~22:00 Style up pilates Mika.N

👉: 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)