

新百合ヶ丘店【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 Waist yuki		close	10:30-11:30 Basic Ririka.Y	10:30-11:30 Back&Arm HINA.M		10:30-11:30 Stretch & Conditioning Mahiro.J	10:30-11:30 Basic Ririka.Y	
12:00-13:00 Basic Ririka.Y			12:30-13:30 Release&Strength Rika	12:30-13:30 Pilates Cardio Rika		12:30-13:30 Hip&Leg HINA.M	12:00-13:00 Stretch & Conditioning Rika	
13:30-14:30 Pilates Cardio yuki							13:30-14:30 Basic Ririka.Y	
15:00-16:00 Basic Ririka.Y							15:00-16:00 Pilates Cardio Rika	
				18:00-19:00 Shape up Waist HINA.M	18:00-19:00 Basic Ririka.Y	18:00-19:00 Hip&Leg Mahiro.J	18:00-19:00 Basic Ririka.Y	
				19:30-20:30 Basic Ririka.Y	19:30-20:30 Release&Strength Rika	19:30-20:30 Basic Ririka.Y	19:30-20:30 Shape up Waist HINA.M	
			21:00-22:00 Back&Arm HINA.M	21:00-22:00 Basic Ririka.Y	21:00-22:00 Stretch & Conditioning Mahiro.J	21:00-22:00 Basic Ririka.Y		

新百合ヶ丘店【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
	close	10:30-11:30 Back&Arm Mahiro.J	10:30-11:30 Basic Ririka.Y		10:30-11:30 Back&Arm HINA.M	10:30-11:30 Shape up Waist HINA.M	
		12:30-13:30 Waist HINA.M	12:30-13:30 Hip&Leg Mahiro.J		12:30-13:30 Stretch & Conditioning Mahiro.J	12:00-13:00 Basic Ririka.Y	
		13:30-14:30 Stretch & Conditioning Mahiro.J				13:30-14:30 Back&Arm HINA.M	
		15:00-16:00 Basic Ririka.Y				15:00-16:00 Basic Ririka.Y	
				18:00-19:00 Back&Arm HINA.M	18:00-19:00 Pilates Cardio Rika	18:00-19:00 Basic Ririka.Y	
				19:30-20:30 Stretch & Conditioning Mahiro.J	19:30-20:30 Basic Ririka.Y	19:30-20:30 Hip&Leg Mahiro.J	
				21:00-22:00 Shape up Waist HINA.M	21:00-22:00 Waist Rika	21:00-22:00 Basic Ririka.Y	

：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。

新百合ヶ丘店【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 Basic Ririka.Y	10:30-11:30 Release&Strength Rika		10:30-11:30 Waist HINA.M	10:30-11:30 Basic Ririka.Y		
	12:30-13:30 Shape up Waist HINA.M	12:30-13:30 Basic Ririka.Y		12:30-13:30 Back&Arm Rika	12:00-13:00 Release&Strength HINA.M		
					13:30-14:30 Basic Ririka.Y		
					15:00-16:00 Shape up Waist HINA.M		
	18:00-19:00 Back&Arm yuki	18:00-19:00 Waist HINA.M	18:00-19:00 Basic Ririka.Y	18:00-19:00 Basic Ririka.Y			
	19:30-20:30 Waist HINA.M	19:30-20:30 Basic Ririka.Y	19:30-20:30 Release&Strength HINA.M	19:30-20:30 Pilates Cardio Rika			
	21:00-22:00 Pilates Cardio yuki	21:00-22:00 Back&Arm HINA.M	21:00-22:00 Basic Ririka.Y	21:00-22:00 Basic Ririka.Y			
							close

新百合ヶ丘店【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 Shape up Waist HINA.M	10:30-11:30 Waist Mirai.Y		10:30-11:30 Basic Ririka.Y
12:30-13:30 Basic Ririka.Y	12:30-13:30 Release&Strength HINA.M		12:30-13:30 Back&Arm Mirai.Y
18:00-19:00 Stretch & Conditioning Mirai.Y	18:00-19:00 Basic Ririka.Y	18:00-19:00 Back&Arm HINA.M	18:00-19:00 Waist HINA.M
19:30-20:30 Basic Ririka.Y	19:30-20:30 Pilates Cardio yuki	19:30-20:30 Basic Ririka.Y	19:30-20:30 Stretch & Conditioning Mirai.Y
21:00-22:00 Waist Mirai.Y	21:00-22:00 Basic Ririka.Y	21:00-22:00 Release&Strength HINA.M	21:00-22:00 Shape up Waist HINA.M

：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）