

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

新百合ヶ丘店【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	
close	close	10:30-11:30 Basic Ririka.Y	10:30-11:30 Hip&Leg Rika		10:30-11:30 Back&Arm Mirai.Y	10:30-11:30 Basic Ririka.Y	close	
		12:30-13:30 Pilates Cardio Yuki	12:30-13:30 Basic Ririka.Y		12:30-13:30 Release&Strength Rika	12:00-13:00 Waist Mirai.Y		
						13:30-14:30 Release&Strength HINA		
						15:00-16:00 Hip&Leg Ririka.Y		
				18:00-19:00 Back&Arm Mirai.Y	18:00-19:00 Shape up Waist Rika	18:00-19:00 Hip&Leg Ririka.Y		18:00-19:00 Stretch & Conditioning Mirai.Y
				19:30-20:30 Shape up Waist Yuki	19:30-20:30 Basic Mirai.Y	19:30-20:30 Waist Mirai.Y		19:30-20:30 Basic Ririka.Y
				21:00-22:00 Waist Mirai.Y	21:00-22:00 Back&Arm Mirai.Y	21:00-22:00 Basic Ririka.Y		21:00-22:00 Pilates Cardio Mirai.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【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 Ririka.Y	10:30-11:30 Hip&Leg HINA	10:30-11:30 Basic Ririka.Y	10:30-11:30 Basic インストラクター未確定	10:30-11:30 Stretch & Conditioning Mirai.Y	close	close
	12:30-13:30 Shape up Waist HINA	12:30-13:30 Back&Arm HINA	12:00-13:00 Waist Mirai.Y	12:30-13:30 Waist インストラクター未確定	12:00-13:00 Basic Ririka.Y		
			13:30-14:30 Basic Ririka.Y		13:30-14:30 Pilates Cardio Mirai.Y		
			15:00-16:00 Back&Arm Mirai.Y		15:00-16:00 Basic Ririka.Y		
	18:00-19:00 Waist	18:00-19:00 Basic		18:00-19:00 Stretch & Conditioning Mirai.Y			
	19:30-20:30 Hip&Leg HINA	19:30-20:30 Pilates Cardio Mirai.Y		19:30-20:30 Basic Ririka.Y			
	21:00-22:00 Stretch & Conditioning Mirai.Y	21:00-22:00 Basic Ririka.Y		21:00-22:00 Basic Ririka.Y			

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