

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
10:00~11:00 Back&Spine yuki	10:00~11:00 Release&Strength Rika	close	10:00~11:00 Hip&Leg Reika.A	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Rika	10:00~11:00 Power up Control yuriko.K	10:30~11:30 Basic Reika.A	10:00~11:00 Pilates Barre NAOMI.T
11:30~12:30 Waist NAOMI.T	11:30~12:30 Basic Reika.A		11:30~12:30 Pilates Barre NAOMI.T	12:00~13:00 Basic Reika.A	11:30~12:30 Back&Arm yuki	12:00~13:00 Pilates Cardio yuki	11:30~12:30 Body Balance yuriko.K
13:00~14:00 Jump to Burn yuki	13:00~14:00 Animal Stretch Rika		13:00~14:00 Basic Reika.A	13:30~14:30 Hip Punch Rika	13:00~14:00 Reset Flow yuriko.K	13:30~14:30 Hip&Leg Reika.A	13:00~14:00 Basic Reika.A
14:30~15:30 Stretch & Conditioning Rika	14:30~15:30 Shape up Waist yuki		14:30~15:30 Waist NAOMI.T		14:30~15:30 Shape up Waist yuki		14:30~15:30 Pilates Cardio yuriko.K
16:00~17:00 Basic NAOMI.T	16:00~17:00 Hip&Leg Reika.A						16:00~17:00 Shape up Waist Rika
17:30~18:30 Power up Control Rika	17:30~18:30 Back&Arm yuki						17:30~18:30 Reset Flow yuriko.K
19:00~20:00 Hip&Leg NAOMI.T			18:00~19:00 Back&Arm yuki	18:00~19:00 Pilates Barre NAOMI.T	18:00~19:00 Body Balance Yumi	18:00~19:00 Waist NAOMI.T	19:00~20:00 Advance Rika
			19:30~20:30 Power up Control Rika	19:30~20:30 Back&Spine yuki	19:30~20:30 Basic Mirai.Y	19:30~20:30 Hip&Leg Reika.A	
			21:00~22:00 Hip Punch yuki	21:00~22:00 Waist NAOMI.T	21:00~22:00 Animal Stretch Yumi	21:00~22:00 Pilates Barre NAOMI.T	

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	
10:00~11:00 Hip Punch Yumi	close	10:00~11:00 Jump to Burn Rika	10:30~11:30 Waist NAOMI.T	10:00~11:00 Basic Reika.A	10:30~11:30 Back&Arm yuriko.K	10:00~11:00 Hip&Leg Reika.A	10:00~11:00 Animal Stretch Rika	
11:30~12:30 Back&Spine yuki		11:30~12:30 Back&Arm yuriko.K	12:00~13:00 Reset Flow yuriko.K	11:30~12:30 Pilates Cardio Sana	12:00~13:00 Basic Reika.A	11:30~12:30 Pilates Workout Rika	11:30~12:30 Stretch & Conditioning Rika	
13:00~14:00 Jump to Burn Rika		13:00~14:00 Advance Rika	13:30~14:30 Basic NAOMI.T	13:00~14:00 Back&Arm Sana	13:30~14:30 Power up Control yuriko.K	13:00~14:00 Waist Mirai.Y	13:00~14:00 Shape up Waist yuki	
14:30~15:30 Reset Flow Yumi		14:30~15:30 Pilates Cardio yuriko.K		14:30~15:30 Hip&Leg Reika.A		14:30~15:30 Basic Reika.A	14:30~15:30 Hip&Leg Reika.A	
16:00~17:00 Pilates Workout Rika						16:00~17:00 Release&Strength Rika	16:00~17:00 Back&Spine yuki	
17:30~18:30 Release&Strength Yumi						17:30~18:30 Hip Punch yuki	17:30~18:30 Basic Reika.A	
			18:00~19:00 Basic Reika.A	18:00~19:00 Power up Control yuriko.K	18:00~19:00 Reset Flow Yumi	18:00~19:00 Waist NAOMI.T	19:00~20:00 Pilates Cardio Mirai.Y	
			19:30~20:30 Waist NAOMI.T	19:30~20:30 Body Balance yuki	19:30~20:30 Hip&Leg Reika.A	19:30~20:30 Hip Punch yuki		
			21:00~22:00 Hip&Leg Reika.A	21:00~22:00 Back&Arm yuriko.K	21:00~22:00 Pilates Workout Yumi	21:00~22:00 Basic NAOMI.T		

・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。

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	10:00～11:00 Pilates Cardio yuki	10:30～11:30 Pilates Barre NAOMI.T	10:00～11:00 Body Balance Rika	10:30～11:30 Waist NAOMI.T	10:00～11:00 Shape up Waist yuki	10:00～11:00 Hip&Leg Reika.A	close
	11:30～12:30 Release&Strength Rika	12:00～13:00 Shape up Waist yuki	11:30～12:30 Hip&Leg NAOMI.T	12:00～13:00 Hip Punch NAOMI.T	11:30～12:30 Basic Reika.A	11:30～12:30 Advance yuki	
	13:00～14:00 Back&Spine yuki	13:30～14:30 Waist NAOMI.T	13:00～14:00 Basic Reika.A	13:30～14:30 Hip&Leg Reika.A	13:00～14:00 Pilates Barre NAOMI.T	13:00～14:00 Hip Punch Yumi	
	14:30～15:30 Pilates Workout Rika		14:30～15:30 Waist NAOMI.T		14:30～15:30 Hip&Leg Reika.A	14:30～15:30 Basic Reika.A	
			16:00～17:00 Jump to Burn Rika		16:00～17:00 Waist NAOMI.T	16:00～17:00 Power up Control Yumi	
			17:30～18:30 Basic Reika.A		17:30～18:30 Back&Spine yuki	17:30～18:30 Reset Flow Yumi	
	18:00～19:00 Waist NAOMI.T	18:00～19:00 Basic Reika.A	19:00～20:00 Back&Spine yuki	18:00～19:00 Animal Stretch Sana	19:00～20:00 Basic NAOMI.T		
	19:30～20:30 Basic Reika.A	19:30～20:30 Advance Rika		19:30～20:30 Pilates Barre NAOMI.T			
	21:00～22:00 Pilates Barre NAOMI.T	21:00～22:00 Hip&Leg Reika.A	21:00～22:00	21:00～22:00			

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
10:00～11:00 Hip Punch NAOMI.T	10:30～11:30 Basic NAOMI.T	10:00～11:00 Back&Spine Rika	10:30～11:30 Hip&Leg Reika.A	10:00～11:00 Advance Rika	10:00～11:00 Reset Flow yuki	close
11:30～12:30 Body Balance yuki	12:00～13:00 Power up Control Rika	11:30～12:30 Basic Reika.A	12:00～13:00 Jump to Burn yuki	11:30～12:30 Back&Spine yuki	11:30～12:30 Pilates Workout Rika	
13:00～14:00 Waist NAOMI.T	13:30～14:30 Pilates Barre NAOMI.T	13:00～14:00 Stretch & Conditioning Rika	13:30～14:30 Basic Reika.A	13:00～14:00 Hip&Leg NAOMI.T	13:00～14:00 Basic Reika.A	
14:30～15:30 Reset Flow yuki		14:30～15:30 Basic Reika.A		14:30～15:30 Body Balance yuki	14:30～15:30 Release&Strength Rika	
				16:00～17:00 Basic NAOMI.T	16:00～17:00 Hip&Leg Reika.A	
				17:30～18:30 Jump to Burn Rika	17:30～18:30 Shape up Waist yuki	
18:00～19:00 Pilates Cardio Rika	18:00～19:00 Hip&Leg Reika.A	18:00～19:00 Pilates Barre NAOMI.T	18:00～19:00 Pilates Workout Eri	19:00～20:00 Waist NAOMI.T		
19:30～20:30 Back&Arm yuki	19:30～20:30 Jump to Burn Rika	19:30～20:30 Shape up Waist yuki	19:30～20:30 Basic Reika.A			
21:00～22:00 Power up Control Rika	21:00～22:00 Basic Reika.A	21:00～22:00 Hip Punch NAOMI.T	21:00～22:00 Waist NAOMI.T			

：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）