

茨木店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月25日更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 Waist sarasa	10:30~11:30 Back&Arm ayu.Y		10:30~11:30 Hip&Leg sarasa	10:30~11:30 Release&Strength luca	10:30~11:30 Back&Arm ayu.Y	close	10:30~11:30 Pilates Barre Asuka
12:30~13:30 Jump to Burn Asuka	12:30~13:30 Hip&Leg sarasa		12:30~13:30 Pilates Barre luca	12:00~13:00 Body Balance Asuka	12:30~13:00 Jump to Burn Asuka		12:30~13:30 Waist ayu.Y
				13:30~14:30 Waist ayu.Y	13:30~14:30 Pilates Barre Asuka		
				15:00~16:00 Jump to Burn Asuka	15:00~16:00 Waist ayu.Y		
				17:30~18:30 Back&Arm ayu.Y			
18:00~19:00 Hip&Leg Luca	18:00~19:00 Jump to Burn Asuka	18:00~19:00 Body Balance Asuka	18:00~19:00 Back&Arm ayu.Y				18:00~19:00 Back&Arm sarasa
19:30~20:30 Pilates Barre Asuka	19:30~20:30 Waist Sarasa	19:30~20:30 Back&Arm ayu.Y	19:30~20:30 Pilates Workout luca				19:30~20:30 Basic ayu.Y
21:00~22:00 Pilates Cardio luca	21:00~22:00 Pilates Barre Asuka	21:00~22:00 Waist ayu.Y	21:00~22:00 Basic ayu.Y			21:00~22:00 Hip&Leg sarasa	

茨木店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Body Balance Asuka		10:30~11:30 Stretch & Conditioning ayu.Y	10:30~11:30 Body Balance Asuka	10:30~11:30 Basic sarasa	close	10:30~11:30 Pilates Cardio luca	10:30~11:30 Body Balance Asuka
12:30~13:30 Back&Arm ayu.Y		12:30~13:30 Basic ayu.Y	12:00~13:00 Hip&Leg sarasa	12:00~13:00 Pilates Cardio luca		12:30~13:30 Basic luca	12:30~13:30 Pilates Workout luca
			13:30~14:30 Jump to Burn luca	13:30~14:30 Stretch & Conditioning sarasa			
			15:00~16:00 Pilates Barre Asuka	15:00~16:00 Hip&Leg luca			
			17:30~18:30 Waist sarasa				
18:00~19:00 Hip&Leg sarasa	18:00~19:00 Basic ayu.Y	18:00~19:00 Pilates Barre Asuka				18:00~19:00 Waist ayu.Y	18:00~19:00 Basic ayu.Y
19:30~20:30 Shape up Waist luca	19:30~20:30 Hip&Leg sarasa	19:30~20:30 Basic luca				19:30~20:30 Jump to Burn Asuka	19:30~20:30 Pilates Barre luca
21:00~22:00 Waist sarasa	21:00~22:00 Back&Arm ayu.Y	21:00~22:00 Body Balance Asuka			21:00~22:00 Basic ayu.Y	21:00~22:00 Back&Arm ayu.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。

茨木店【4月17日～24日スケジュール】

2025年3月15日更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30~11:30 Release&Strength luca	10:30~11:30 Jump to Burn luca	10:30~11:30 Pilates Barre luca	close	10:30~11:30 Hip&Leg sarasa	10:30~11:30 Basic sarasa	
	12:30~13:30 Waist ayu.Y	12:00~13:00 Stretch & Conditioning sarasa	12:00~13:00 Basic sarasa		12:30~13:30 Back&Arm sarasa	12:30~13:30 Waist sarasa	
		13:30~14:30 Basic sarasa	13:30~14:30 Pilates Workout luca				
		15:00~16:00 Pilates Workout luca	15:00~16:00 Basic sarasa				
		17:30~18:30 Hip&Leg sarasa					
18:00~19:00 Waist ayu.Y	18:00~19:00 Basic ayu.Y				18:00~19:00 Stretch & Conditioning sarasa	18:00~19:00 Back&Arm luca	18:00~19:00 Pilates Workout luca
19:30~20:30 Basic ayu.Y	19:30~20:30 Back&Arm ayu.Y				19:30~20:30 Pilates Cardio luca	19:30~20:30 Release&Strength luca	19:30~20:30 Waist sarasa
21:00~22:00 Hip&Leg sarasa	21:00~22:00 Waist sarasa				21:00~22:00 Basic luca	21:00~22:00 Hip&Leg sarasa	21:00~22:00 Pilates Barre luca

茨木店【4月25日～4月30日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Back&Arm ayu.Y	10:30~11:30 Shape up Waist ayu	10:30~11:30 Stretch & Conditioning sarasa	close	10:30~11:30 Back&Arm luca	10:30~11:30 Waist ayu.Y
12:30~13:30 Shape up Waist ayu.Y	12:00~13:00 Basic ayu.Y	12:00~13:00 Pilates Workout luca		12:00~13:00 Waist sarasa	12:30~13:30 Basic ayu.Y
	13:30~14:30 Back&Arm sarasa	13:30~14:30 Hip&Leg sarasa		13:30~14:30 Shape up Waist luca	
	15:00~16:00 Waist ayu.Y	15:00~16:00 Advance luca		15:00~16:00 Hip&Leg sarasa	
	17:30~18:30 Stretch & Conditioning sarasa			17:30~18:30 Pilates Barre luca	
18:00~19:00 Jump to Burn luca					18:00~19:00 Pilates Cardio luca
19:30~20:30 Hip&Leg sarasa					19:30~20:30 Back&Arm sarasa
21:00~22:00 Pilates Cardio luca					21:00~22:00 Release&Strength luca

※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）