

アリオ鷺宮店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年4月5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 Basic Noah.M	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Haruka.I		10:30～11:30 Basic Noah.M	10:30～11:30 Basic miran.s	10:30～11:30 Release&Strength Rinako.M	close	10:30～11:30 Back&Arm Rinako.M
12:30～13:30 Hip&Leg Haruka.I	12:30～13:30 Basic miran.s		12:30～13:30 Back&Arm Rinako.M	12:00～13:00 Hip&Leg Haruka.I	12:30～13:30 Basic Noah.M		12:30～13:30 Basic Noah.M
				13:30～14:30 Basic Noah.M	14:30～15:30 Back&Arm Rinako.M		
				15:00～16:00 Stretch & Conditioning Haruka.I	16:30～17:30 Basic Noah.M		
				17:30～18:30 Basic miran.s			
17:30～18:30 Release&Strength Rinako.M	17:30～18:30 Hip&Leg Rinako.M	17:30～18:30 Basic miran.s	17:30～18:30 Back&Arm Rinako.M				17:30～18:30 Hip&Leg Haruka.I
19:00～20:00 Stretch & Conditioning Haruka.I	19:00～20:00 Basic Noah.M	19:00～20:00 Back&Arm Rinako.M	19:00～20:00 Basic miran.s				19:00～20:00 Basic miran.s
20:30～21:30 Back&Arm Rinako.M	20:30～21:30 Release&Strength Rinako.M	20:30～21:30 Basic miran.s	20:30～21:30 Hip&Leg Rinako.M				20:30～21:30 Stretch & Conditioning Haruka.I

アリオ鷺宮店【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 Basic miran.s		10:30～11:30 Pilates Barre Haruka.I	10:30～11:30 Waist Noah.M	10:30～11:30 Basic miran.s	close	10:30～11:30 Basic miran.s	10:30～11:30 Back&Arm miran.s
12:30～13:30 Release&Strength Rinako.M		12:30～13:30 Waist Noah.M	12:00～13:00 Release&Strength Rinako.M	12:30～13:30 Hip&Leg Rinako.M		12:30～13:30 Pilates Barre Haruka.I	12:30～13:30 Basic miran.s
			13:30～14:30 Back&Arm miran.s	14:30～15:30 Pilates Barre Haruka.I			
			15:00～16:00 Basic Noah.M	16:30～17:30 Back&Arm miran.s			
			17:30～18:30 Hip&Leg Rinako.M				
17:30～18:30 Basic Noah.M	17:30～18:30 Back&Arm Rinako.M	17:30～18:30 Basic miran.s				17:30～18:30 Waist Noah.M	17:30～18:30 Hip&Leg Haruka.I
19:00～20:00 Hip&Leg Haruka.I	19:00～20:00 Waist Noah.M	19:00～20:00 Release&Strength Rinako.M				19:00～20:00 Back&Arm Rinako.M	19:00～20:00 Waist Noah.M
20:30～21:30 Basic Noah.M	20:30～21:30 Hip&Leg Rinako.M	20:30～21:30 Back&Arm miran.s				20:30～21:30 Basic Noah.M	20:30～21:30 Pilates Barre Haruka.I

：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時間前を切ったの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。

アリオ鷺宮店【4月17日～24日スケジュール】

2025年4月5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 Hip&Leg Haruka.I	10:30～11:30 Basic Noah.M	10:30～11:30 Waist Noah.M	close	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Haruka.I	10:30～11:30 Waist Noah.M	
	12:30～13:30 Back&Arm miran.s	12:00～13:00 Hip&Leg Haruka.I	12:30～13:30 Back&Arm miran.s		12:30～13:30 Waist Noah.M	12:30～13:30 Release&Strength Rinako.M	
		13:30～14:30 Waist Noah.M	14:30～15:30 Hip&Leg Haruka.I				
		15:00～16:00 Pilates Barre Haruka.I	16:30～17:30 Basic Noah.M				
		17:30～18:30 Back&Arm miran.s					
17:30～18:30 Back&Arm miran.s	17:30～18:30 Basic Noah.M				17:30～18:30 Basic Rinako.M	17:30～18:30 Back&Arm miran.s	17:30～18:30 Waist Noah.M
19:00～20:00 Hip&Leg Haruka.I	19:00～20:00 Back&Arm miran.s				19:00～20:00 Hip&Leg Haruka.I	19:00～20:00 Pilates Barre Haruka.I	19:00～20:00 Basic miran.s
20:30～21:30 Basic miran.s	20:30～21:30 Waist Noah.M				20:30～21:30 Back&Arm Rinako.M	20:30～21:30 Basic miran.s	20:30～21:30 Back&Arm miran.s

アリオ鷺宮店【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 Basic miran.s	10:30～11:30 Hip&Leg Rinako.M	10:30～11:30 Basic miran.s	close	10:30～11:30 Release&Strength Rinako.M	10:30～11:30 Waist Noah.M
12:30～13:30 Back&Arm Rinako.M	12:00～13:00 Stretch & Conditioning Haruka.I	12:30～13:30 Hip&Leg Rinako.M		12:00～13:00 Waist Noah.M	12:30～13:30 Pilates Barre Haruka.I
	13:30～14:30 Basic Noah.M	14:30～15:30 Back&Arm miran.s		13:30～14:30 Hip&Leg Rinako.M	
	15:00～16:00 Pilates Barre Haruka.I	16:30～17:30 Release&Strength Rinako.M		15:00～16:00 Basic miran.s	
	17:30～18:30 Waist Noah.M			17:30～18:30 Pilates Barre Haruka.I	
17:30～18:30 Stretch & Conditioning Haruka.I					17:30～18:30 Basic miran.s
19:00～20:00 Waist Noah.M					19:00～20:00 Hip&Leg Rinako.M
20:30～21:30 Hip&Leg Haruka.I					20:30～21:30 Back&Arm miran.s

：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：9:00～19:00

※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）