

心齋橋店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月15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 未定	10:30~11:30 Hip&Leg Kaco.F		10:30~11:30 Waist natsuki.s	10:30~11:30 Release&Strength RIO	10:30~11:30 Basic natsuki.s	close	10:30~11:30 Hip&Leg Kaco.F
12:30~13:30 Back&Spine Azusa	12:30~13:30 Basic chihiro		12:30~13:30 Basic natsuki.s	12:00~13:00 Waist natsuki.s	12:00~13:00 Back&Arm Azusa		12:30~13:30 Basic chihiro
				13:30~14:30 Hip&Leg Kaco.F	13:30~14:30 Waist natsuki.s		
				15:00~16:00 Jump to Burn RIO	15:00~16:00 Back&Spine Azusa		
				17:30~18:30 Basic chihiro			
18:00~19:00 Pilates Barre Azusa	18:00~19:00 Waist natsuki.s	18:00~19:00 Back&Arm Azusa	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Kaco.F				18:00~19:00 Back&Spine Azusa
19:30~20:30 Basic natsuki.s	19:30~20:30 Back&Spine Azusa	19:30~20:30 Basic chihiro	19:30~20:30 Hip&Leg Kaco.F				19:30~20:30 Waist natsuki.s
21:00~22:00 Waist natsuki.s	21:00~22:00 Basic Azusa	21:00~22:00 Pilates Workout Kaco.F	21:00~22:00 Basic chihiro				21:00~22:00 Back&Arm Azusa

心齋橋店【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 Back&Spine Azusa		10:30~11:30 Basic natsuki.s	10:30~11:30 Waist natsuki.s	10:30~11:30 Hip&Leg Kaco.F	close	10:30~11:30 Waist natsuki.s	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Kaco.F
12:30~13:30 Pilates Cardio yun		12:30~13:30 Waist natsuki.s	12:00~13:00 Pilates Workout Kaco.F	12:00~13:00 Basic chihiro		12:30~13:30 Hip&Leg Kaco.F	12:30~13:30 Waist natsuki.s
			13:30~14:30 Basic chihiro	13:30~14:30 Stretch & Conditioning Kaco.F			
			15:00~16:00 Hip&Leg Kaco.F	15:00~16:00 Basic chihiro			
			17:30~18:30 Waist natsuki.s				
18:00~19:00 Pilates Workout Kaco.F	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Kaco.F	18:00~19:00 Hip&Leg Kaco.F				18:00~19:00 Basic chihiro	18:00~19:00 Pilates Barre Azusa
19:30~20:30 Basic natsuki.s	19:30~20:30 Hip&Leg Kaco.F	19:30~20:30 Basic chihiro				19:30~20:30 Jump to Burn RIO	19:30~20:30 Back&Spine Azusa
21:00~22:00 Hip&Leg Kaco.F	21:00~22:00 Basic chihiro	21:00~22:00 Stretch & Conditioning Kaco.F				21:00~22:00 Release&Strength RIO	21:00~22:00 Basic chihiro

：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。

心斎橋店【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 Pilates Cardio On	10:30~11:30 Basic chihiro	10:30~11:30 Body Balance Kaco.F	close	10:30~11:30 Pilates Workout Kaco.F	10:30~11:30 Basic chihiro	
	12:30~13:30 Back&Arm Azusa	12:00~13:00 Waist natsuki.s	12:00~13:00 Back&Arm Azusa		12:30~13:30 Basic chihiro	12:30~13:30 Hip&Leg Kaco.F	
		13:30~14:30 Back&Arm Azusa	13:30~14:30 Basic chihiro				
		15:00~16:00 Pilates Barre Azusa	15:00~16:00 Back&Spine Azusa				
		17:30~18:30 Hip&Leg Kaco.F					
18:00~19:00 Hip&Leg Azusa	18:00~19:00 Basic natsuki.s				18:00~19:00 Pilates Barre Azusa	18:00~19:00 Back&Spine Azusa	18:00~19:00 Basic chihiro
19:30~20:30 Basic natsuki.s	19:30~20:30 Waist natsuki.s				19:30~20:30 Shape up Waist natsuki.s	19:30~20:30 Basic natsuki.s	19:30~20:30 Waist natsuki.s
21:00~22:00 Pilates Barre Azusa	21:00~22:00 Basic chihiro				21:00~22:00 Back&Arm Azusa	21:00~22:00 Waist Azusa	21:00~22:00 Pilates Workout Kaco.F

心斎橋店【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 Shape up Waist natsuki.s	10:30~11:30 Hip&Leg Kaco.F	10:30~11:30 Back&Arm Azusa	close	10:30~11:30 Basic chihiro	10:30~11:30 Shape up Waist natsuki.s
12:30~13:30 Basic chihiro	12:00~13:00 Release&Strength RIO	12:00~13:00 Waist natsuki.s		12:00~13:00 Pilates Workout Azusa	12:30~13:30 Basic chihiro
	13:30~14:30 Basic natsuki.s	13:30~14:30 Body Balance Kaco.F		13:30~14:30 Shape up Waist natsuki.s	
	15:00~16:00 Shape up Waist natsuki.s	15:00~16:00 Pilates Barre Azusa		15:00~16:00 Basic chihiro	
	17:30~18:30 Pilates Cardio RIO			17:30~18:30 Pilates Barre Azusa	
18:00~19:00 Hip&Leg Kaco.F					18:00~19:00 Hip&Leg Kaco.F
19:30~20:30 Pilates Barre Azusa					19:30~20:30 Back&Spine Azusa
21:00~22:00 Body Balance Kaco.F					21:00~22:00 Body Balance Kaco.F

：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）