

京都四条烏丸店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月21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 kana	10:30~11:30 Shape up Waist Kayan.C		10:30~11:30 Basic Manami.H	10:30~11:30 Pilates Workout Manami.H	10:30~11:30 Basic 未定	close	10:30~11:30 Back&Arm Kayan.C
12:30~13:30 Back&Arm kana	12:30~13:30 Hip&Leg Kayan.C		10:30~11:30 Waist Manami.H	12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Pilates Cardio Manami.H		10:30~11:30 Jump to Burn Kayan.C
				13:30~14:30 Body Balance Ayu	13:30~14:30 Basic 未定		
				15:00~16:00 Basic 未定	15:00~16:00 Waist Manami.H		
18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Waist Ayu	18:00~19:00 Basic Ayu	18:00~19:00 Jump to Burn Ayu	17:30~18:30 Advance Ayu			18:00~19:00 Stretch & Conditioning Ayu
19:30~20:30 Pilates Cardio Manami.H	19:30~20:30 Pilates Barre Ayu	19:30~20:30 Back&Arm Manami.H	19:30~20:30 Basic 未定				19:30~20:30 Basic 未定
21:00~22:00 Waist Manami.H	21:00~22:00 Basic Ayu	21:00~22:00 Release&Strength Manami.H	21:00~22:00 Hip&Leg Ayu				21:00~22:00 Shape up Waist Ayu

京都四条烏丸店【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 Ayu		10:30~11:30 Hip&Leg Manami.H	10:30~11:30 Release&Strength Manami.H	10:30~11:30 Back&Arm Manami.H	close	10:30~11:30 Hip&Leg michi	10:30~11:30 Basic 未定
12:30~13:30 Waist Ayu		12:30~13:30 Basic 未定	12:00~13:00 Shape up Waist Ayu	12:00~13:00 Basic 未定		12:30~13:30 Basic michi	12:30~13:30 Pilates Barre Ayu
			13:30~14:30 Basic Ayu	13:30~14:30 Pilates Workout Manami.H			
			15:00~16:00 Back&Arm Manami.H	15:00~16:00 Basic 未定			
18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Hip&Leg Manami.H	18:00~19:00 Body Balance Ayu	17:30~18:30 Pilates Barre Ayu			18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Back&Arm Manami.H
19:30~20:30 Pilates Workout Manami.H	19:30~20:30 Basic 未定	19:30~20:30 Waist Ayu				19:30~20:30 Waist Manami.H	19:30~20:30 Basic 未定
21:00~22:00 Back&Arm Manami.H	21:00~22:00 Waist Manami.H	21:00~22:00 Basic Ayu				21:00~22:00 Pilates Cardio Manami.H	21:00~22:00 Release&Strength Manami.H

・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。

京都四条烏丸店【4月17日～24日スケジュール】

2025年3月21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 Waist Manami.H	10:30~11:30 Back&Arm Manami.H	10:30~11:30 Body Balance On	close	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Hip&Leg Manami.H	
	12:30~13:30 Release&Strength Manami.H	12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Pilates Barre Ayu		12:30~13:30 Hip&Leg Manami.H	12:30~13:30 Pilates Workout Manami.H	
		13:30~14:30 Stretch & Conditioning Ayu	13:30~14:30 Basic 未定				
		15:00~16:00 Waist Manami.H	15:00~16:00 Jump to Burn Ayu				
18:00~19:00 Waist Manami.H	18:00~19:00 Basic 未定	17:30~18:30 Advance Ayu			18:00~19:00 Back&Arm 未定	18:00~19:00 Body Balance Ayu	18:00~19:00 Basic 未定
19:30~20:30 Hip&Leg Manami.H	19:30~20:30 Shape up Waist Ayu				19:30~20:30 Basic Manami.H	19:30~20:30 Shape up Waist Ayu	19:30~20:30 Pilates Barre Ayu
21:00~22:00 Basic 未定	21:00~22:00 Hip&Leg Ayu				21:00~22:00 Waist Ayu	21:00~22:00 Basic 未定	21:00~22:00 Body Balance Ayu

京都四条烏丸店【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 Ayu	10:30~11:30 Waist Ayu	10:30~11:30 Back&Arm Manami.H	close	10:30~11:30 Pilates Cardio Manami.H	10:30~11:30 Back&Arm toshie
12:30~13:30 Basic 未定	12:00~13:00 Hip&Leg Manami.H	12:00~13:00 Basic nana.f		12:00~13:00 Advance Ayu	12:30~13:30 Waist toshie
	13:30~14:30 Basic Ayu	13:30~14:30 Waist Manami.H		13:30~14:30 Basic 未定	
	15:00~16:00 Advance Ayu	15:00~16:00 Basic nana.f		15:00~16:00 Back&Arm Manami.H	
18:00~19:00 Waist On	17:30~18:30 Pilates Cardio Manami.H			17:30~18:30 Pilates Barre Ayu	18:00~19:00 Release&Strength Ayu
19:30~20:30 Hip&Leg Manami.H					19:30~20:30 Hip&Leg Manami.H
21:00~22:00 Pilates Workout On					21:00~22:00 Adbance Ayu

：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）