

八王子オクトーレ店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月16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 yumika.o	10:30～11:30 Basic yumika.o		10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Shape up Waist Mika.N	10:30～11:30 Back & Arm Ayumi.S	close	10:30～11:30 Shape up Waist Mika.N
12:30～13:30 Back & Arm Ayumi.S	12:30～13:30 Pilates Barre Rico.S		12:30～13:30 Waist Rico.S	12:00～13:00 Hip & Leg mizuki.H	12:00～13:00 Waist Rico.S		12:30～13:30 Back & Spine mizuki.H
				13:30～14:30 Basic 未定	13:30～14:30 Release & Strength Ayumi.S		
				15:00～16:00 Pilates Barre Rico.S	15:00～16:00 Hip & Leg mizuki.H		
17:30～18:30 Waist mizuki.H	17:30～18:30 Basic mizuki.H	17:30～18:30 Stretch & Conditioning Rico.S	17:30～18:30 Hip & Leg mizuki.H	17:30～18:30 Jump to Burn mizuki.H			17:30～18:30 Hip & Leg Ayumi.S
19:00～20:00 Release & Strength Ayumi.S	19:00～20:00 Shape up Waist Mika.N	19:00～20:00 Hip & Leg Ayumi.S	19:00～20:00 Back & Arm Ayumi.S				19:00～20:00 Back & Arm Ayumi.S
20:30～21:30 Jump to Burn mizuki.H	20:30～21:30 Back & Spine mizuki.H	20:30～21:30 Waist Rico.S	20:30～21:30 Pilates Cardio mizuki.H				20:30～21:30 Basic yumika.o

八王子オクトーレ店【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 yumika.o		10:30～11:30 Waist Rico.S	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Body Balance Riri	close	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Hip & Leg Ayumi.S
12:30～13:30 Back & Arm Ayumi.S		12:30～13:30 Basic yumika.o	12:00～13:00 Pilates Barre Rico.S	12:00～13:00 Back & Arm Ayumi.S		12:30～13:30 Stretch & Conditioning Rico.S	12:30～13:30 Basic yumika.o
			13:30～14:30 Jump to Burn mizuki.H	13:30～14:30 Basic 未定			
			15:00～16:00 Basic yumika.o	15:00～16:00 Power up Control Riri			
17:30～18:30 Waist Rico.S	17:30～18:30 Basic yumika.o	17:30～18:30 Release & Strength Ayumi.S	17:30～18:30 Hip & Leg mizuki.H			17:30～18:30 Back & Arm Ayumi.S	17:30～18:30 Jump to Burn mizuki.H
19:00～20:00 Pilates Cardio mizuki.H	19:00～20:00 Waist Rico.S	19:00～20:00 Back & Spine mizuki.H				19:00～20:00 Basic yumika.o	19:00～20:00 Back & Spine mizuki.H
20:30～21:30 Stretch & Conditioning Rico.S	20:30～21:30 Pilates Barre Rico.S	20:30～21:30 Hip & Leg Ayumi.S				20:30～21:30 Pilates Cardio mizuki.H	20:30～21:30 Basic 未定

：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。

八王子オクトーレ店【4月17日～24日スケジュール】

2025年3月16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 Basic 未定	10:30～11:30 Back & Spine mizuki.H	10:30～11:30 Hip & Leg Ayumi.S	close	10:30～11:30 Back & Arm Ayumi.S	10:30～11:30 Stretch & Conditioning runa.m	
	12:30～13:30 Pilates Cardio mizuki.H	12:00～13:00 Basic yumika.o	12:00～13:00 Basic yumika.o		12:30～13:30 Waist mizuki.H	12:30～13:30 Back & Arm Ayumi.S	
		13:30～14:30 Hip & Leg Ayumi.S	13:30～14:30 Back & Arm Ayumi.S				
		15:00～16:00 Waist mizuki.H	15:00～16:00 Basic yumika.o				
17:30～18:30 Pilates Barre Mika.N	17:30～18:30 Basic yumika.o	17:30～18:30 Back & Arm Ayumi.S			17:30～18:30 Hip & Leg Ayumi.S	17:30～18:30 Back & Spine mizuki.H	17:30～18:30 Basic 未定
19:00～20:00 Basic yumika.o	19:00～20:00 Back & Arm Ayumi.S				19:00～20:00 Jump to Burn mizuki.H	19:00～20:00 Basic yumika.o	19:00～20:00 Hip & Leg Ayumi.S
20:30～21:30 Shape up Waist Mika.N	20:30～21:30 Release & Strength Ayumi.S				20:30～21:30 Basic 未定	20:30～21:30 Pilates Cardio mizuki.H	20:30～21:30 Back & Arm Ayumi.S

八王子オクトーレ店【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 Waist mizuki.H	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Basic yumika.o	close	10:30～11:30 Waist mizuki.H	10:30～11:30 Basic yumika.o
12:30～13:30 Basic 未定	12:00～13:00 Pilates Cardio mizuki.H	12:00～13:00 Power up Control Riri		12:00～13:00 Hip & Leg Ayumi.S	12:30～13:30 Release & Strength Ayumi.S
	13:30～14:30 Back & Spine mizuki.H	13:30～14:30 Basic yumika.o		13:30～14:30 Basic yumika.o	
	15:00～16:00 Basic yumika.o	15:00～16:00 Body Balance Riri		15:00～16:00 Pilates Cardio mizuki.H	
17:30～18:30 Back & Arm Ayumi.S	17:30～18:30 Waist mizuki.H			17:30～18:30 Basic 未定	17:30～18:30 Waist mizuki.H
19:00～20:00 Release & Strength Ayumi.S					19:00～20:00 Back & Arm Ayumi.S
20:30～21:30 Basic yumika.o					20:30～21:30 Jump to Burn mizuki.H

：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）