

大宮店【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 Pilates Cardio Yuuka.H	10:30～11:30 Basic 未確定	10:30～11:30 Hip&Leg Yuuka.H	10:30～11:30 Jump to Burn Yuuka.H	10:30～11:30 Back&Arm moeka.k	10:30～11:30 Back&Spine moeka.k	close	10:30～11:30 Power up Control Naco
12:00～13:00 Back&Arm moeka.k	12:30～13:30 Pilates Workout Naco	12:00～13:00 Basic yuuka.Y	12:00～13:00 Hip&Leg Yuuka.H	12:00～13:00 Animal Stretch Naco	12:00～13:00 Advance Naco		12:00～13:30 Waist moeka.k
13:30～14:30 Hip&Leg Yuuka.H		13:30～14:30 Stretch & Conditioning Yuuka.H	13:30～14:30 Basic 未確定	13:30～14:30 Body Balance moeka.k	13:30～14:30 Waist moeka.k		13:30～14:30 Pilates Barre Naco
				15:00～16:00 Basic 未確定	15:00～16:00 Hip Punch Naco		
				17:30～18:30 Pilates Workout Naco			
18:00～19:00 Animal Stretch Naco	18:00～19:00 Waist moeka.k	18:00～19:00 Basic 未確定	18:00～19:00 Hip Punch Naco				18:00～19:00 Pilates Cardio Yuuka.H
19:30～20:30 Waist moeka.k	19:30～20:30 Reset Flow Naco	19:30～20:30 Shape up Waist yuuka.Y	19:30～20:30 Basic 未確定				19:30～20:30 Basic 未確定
21:00～22:00 Pilates Barre Naco	21:00～22:00 Back&Spine moeka.k	21:00～22:00 Basic 未確定	21:00～22:00 Power up Control Naco				21:00～22:00 Stretch & Conditioning Yuuka.H

大宮店【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 Hip&Leg Yuuka.H	10:30～11:30 Body Balance moeka.k	10:30～11:30 Basic 未確定	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Yuuka.H	10:30～11:30 Back&Arm moeka.k	close	10:30～11:30 Waist moeka.k	10:30～11:30 Basic 未確定
12:30～13:30 Pilates Cardio Yuuka.H	12:00～13:00 Basic 未確定	12:00～13:00 Hip Punch Naco	12:00～13:00 Shape up Waist Naco	12:00～13:00 Hip&Leg Yuuka.H		12:00～13:00 Basic 未確定	12:30～13:30 Body Balance moeka.k
	13:30～14:30 Waist moeka.k	13:30～14:30 Back&Spine moeka.k	13:30～14:30 Basic 未確定	13:30～14:30 Body Balance moeka.k		13:30～14:30 Back&Spine moeka.k	
			15:00～16:00 Jump to Burn Yuuka.H	15:00～16:00 Release&Strength Yuuka.H			
			17:30～18:30 Reset Flow Naco				
18:00～19:00 Advance Naco	18:00～19:00 Power up Control Naco	18:00～19:00 Basic 未確定				18:00～19:00 Jump to Burn Yuuka.H	18:00～19:00 Release&Strength Yuuka.H
19:30～20:30 Back&Arm moeka.k	19:30～20:30 Hip&Leg Yuuka.H	19:30～20:30 Pilates Workout Naco				19:30～20:30 Pilates Barre Naco	19:30～20:30 Waist moeka.k
21:00～22:00 Animal Stretch Naco	21:00～22:00 Reset Flow Naco	21:00～22:00 Back&Arm moeka.k				21:00～22:00 Hip&Leg Yuuka.H	21:00～22:00 Pilates Cardio Yuuka.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1回に制限されます。

大宮店【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 Back&Spine moeka.k	10:30～11:30 Body Balance moeka.k	10:30～11:30 Pilates Cardio Yuuka.H	10:30～11:30 Hip Punch Naco	close	10:30～11:30 Back&Arm moeka.k	10:30～11:30 Shape up Waist Naco	10:30～11:30 Advance Naco
12:00～13:00 Release&Strength Yuuka.H	12:00～13:00 Basic 未確定	12:00～13:00 Basic 未確定	12:00～13:00 Back&Arm moeka.k		12:00～13:00 Reset Flow Naco	12:30～13:30 Pilates Barre Naco	12:00～13:30 Hip&Leg Yuuka.H
13:30～14:30 Back&Arm moeka.k	13:30～14:30 Waist moeka.k	13:30～14:30 Reset Flow Naco	13:30～14:30 Basic 未確定		13:30～14:30 Body Balance moeka.k		13:30～14:30 Power up Control Itsuki
		15:00～16:00 Hip&Leg Yuuka.H	15:00～16:00 Power up Control Naco				
		17:30～18:30 Animal Stretch Naco					
18:00～19:00 Shape up Waist Naco	18:00～19:00 Hip Punch Naco				18:00～19:00 Hip&Leg Yuuka.H	18:00～19:00 Jump to Burn Yuuka.H	18:00～19:00 Back&Arm moeka.k
19:30～20:30 Jump to Burn Yuuka.H	19:30～20:30 Basic 未確定				19:30～20:30 Shape up Waist Naco	19:30～20:30 Release&Strength Yuuka.H	19:30～20:30 Pilates Cardio Yuuka.H
21:00～22:00 Advance Naco	21:00～22:00 Pilates Workout Naco				21:00～22:00 Jump to Burn Yuuka.H	21:00～22:00 Basic 未確定	21:00～22:00 Body Balance moeka.k

大宮店【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 Waist moeka.k	10:30～11:30 Hip&Leg Yuuka.H	10:30～11:30 Pilates Workout Itsuki	close	10:30～11:30 Basic 未確定	10:30～11:30 Jump to Burn Yuuka.H
12:00～13:00 Basic 未確定	12:00～13:00 Jump to Burn Asuka.K	12:00～13:00 Stretch & Conditioning Yuuka.H		12:00～13:00 Pilates Cardio Yuuka.H	12:30～13:30 Back&Arm moeka.k
13:30～14:30 Back&Spine moeka.k	13:30～14:30 Basic 未確定	13:30～14:30 Shape up Waist Naco		13:30～14:30 Basic 未確定	
	15:00～16:00 Release&Strength Yuuka.H	15:00～16:00 Basic 未確定		15:00～16:00 Waist moeka.k	
	17:30～18:30 Pilates Barre Asuka.K			17:30～18:30 Release&Strength Yuuka.H	
18:00～19:00 Basic 未確定					18:00～19:00 Reset Flow Naco
19:30～20:30 Hip Punch Naco					19:30～20:30 Basic 未確定
21:00～22:00 Animal Stretch Naco					21:00～22:00 Pilates Workout Naco

👉: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）