

長野店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月22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 Back&Arm haruna	10:30~11:30 Jump to Burn haruna		10:30~11:30 Basic Elena.S	10:30~11:30 Back&Arm Elena.S	10:30~11:30 Basic Elena.S	close	10:30~11:30 Waist Nanaho
12:30~13:30 Basic haruna	12:30~13:30 Stretch & Conditioning haruna		12:30~13:30 Back&Arm Elena.S	12:00~13:00 Waist Nanaho	12:30~13:30 Hip&Leg Nanaho		12:30~13:30 Hip&Leg Nanaho
				13:30~14:30 Basic Elena.S	14:30~15:30 Back&Arm Elena.S		
				15:00~16:00 Hip&Leg Nanaho	16:30~17:30 Waist Nanaho		
				17:30~18:30 Waist Nanaho			
18:00~19:00 Hip&Leg Nanaho	18:00~19:00 Basic Elena.S	18:00~19:00 Stretch & Conditioning haruna	18:00~19:00 Waist Nanaho				18:00~19:00 Basic haruna
19:30~20:30 Basic Elena.S	19:30~20:30 Waist haruna	19:30~20:30 Hip&Leg Nanaho	19:30~20:30 Basic Elena.S				19:30~20:30 Back&Arm Elena.S
21:00~22:00 Waist Nanaho	21:00~22:00 Back&Arm Elena.S	21:00~22:00 Jump to Burn haruna	21:00~22:00 Hip&Leg Nanaho				21:00~22:00 Stretch & Conditioning haruna

長野店【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 Nanaho		10:30~11:30 Back&Arm chinatsu	10:30~11:30 Jump to Burn haruna	10:30~11:30 Stretch & Conditioning haruna	close	10:30~11:30 Stretch & Conditioning haruna	10:30~11:30 Basic haruna
12:30~13:30 Waist Nanaho		12:30~13:30 Basic chinatsu	12:00~13:00 Back&Arm Elena.S	12:30~13:30 Basic Elena.S		12:30~13:30 Jump to Burn haruna	12:30~13:30 Back&Arm haruna
			13:30~14:30 Waist haruna	14:30~15:30 Jump to Burn haruna			
			15:00~16:00 Basic Elena.S	16:30~17:30 Back&Arm Elena.S			
			17:30~18:30 Back&Arm haruna				
18:00~19:00 Back&Arm Elena.S	18:00~19:00 Hip&Leg chinatsu	18:00~19:00 Waist haruna				18:00~19:00 Hip&Leg Nanaho	18:00~19:00 Basic Elena.S
19:30~20:30 Jump to Burn haruna	19:30~20:30 Basic Elena.S	19:30~20:30 Back&Arm Elena.S				19:30~20:30 Basic Elena.S	19:30~20:30 Hip&Leg Nanaho
21:00~22:00 Basic Elena.S	21:00~22:00 Stretch & Conditioning chinatsu	21:00~22:00 Basic haruna				21:00~22:00 Waist Nanaho	21:00~22:00 Back&Arm Elena.S

- 👉: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。

長野店【4月17日～24日スケジュール】

2025年3月22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 📌 haruna	10:30~11:30 Waist 📌 Nanaho	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Elena.S	close	10:30~11:30 Basic 📌 Elena.S	10:30~11:30 Stretch & Conditioning 📌 Elena.S		
	12:30~13:30 Hip&Leg 📌 haruna	12:00~13:00 Basic 📌 haruna	12:30~13:30 Waist 📌 haruna		12:30~13:30 Back&Arm 📌 Elena.S	12:30~13:30 Basic 📌 Elena.S		
		13:30~14:30 Jump to Burn 📌 Nanaho	14:30~15:30 Stretch & Conditioning 📌 Elena.S					
		15:00~16:00 Hip&Leg 📌 haruna	16:30~17:30 Basic 📌 haruna					
		17:30~18:30 Stretch & Conditioning 📌 haruna						
18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Nanaho	18:00~19:00 Basic 📌 Elena.S					18:00~19:00 Jump to Burn 📌 Nanaho	18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Nanaho	18:00~19:00 Stretch & Conditioning 📌 haruna
19:30~20:30 Basic 📌 Elena.S	19:30~20:30 Jump to Burn 📌 Nanaho					19:30~20:30 Waist 📌 haruna	19:30~20:30 Basic 📌 haruna	19:30~20:30 Back&Arm 📌 Elena.S
21:00~22:00 Waist 📌 Nanaho	21:00~22:00 Back&Arm 📌 Elena.S				21:00~22:00 Hip&Leg 📌 Nanaho	21:00~22:00 Waist 📌 Nanaho	21:00~22:00 Basic 📌 haruna	

長野店【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 Back&Arm 📌 haruna	10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Nanaho	10:30~11:30 Jump to Burn 📌 Nanaho	close	10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Nanaho	10:30~11:30 Basic 📌 haruna	
12:30~13:30 Jump to Burn 📌 haruna	12:00~13:00 Stretch & Conditioning 📌 Elena.S	12:30~13:30 Basic 📌 Elena.S		12:00~13:00 Basic 📌 haruna	12:30~13:30 Back&Arm 📌 haruna	
	13:30~14:30 Waist 📌 Nanaho	14:30~15:30 Hip&Leg 📌 Nanaho		13:30~14:30 Jump to Burn 📌 Nanaho		
	15:00~16:00 Basic 📌 Elena.S	16:30~17:30 Back&Arm 📌 Elena.S		15:00~16:00 Stretch & Conditioning 📌 haruna		
	17:30~18:30 Hip&Leg 📌 Nanaho				17:30~18:30 Waist 📌 Nanaho	
18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Nanaho						18:00~19:00 Waist 📌 Nanaho
19:30~20:30 Basic 📌 Elena.S						19:30~20:30 Stretch & Conditioning 📌 Elena.S
21:00~22:00 Waist 📌 Nanaho					21:00~22:00 Jump to Burn 📌 Nanaho	

📌：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客様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）