

網島店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年4月15日更新

| 05/01                            | 05/02                                   | 05/03                            | 05/04 | 05/05 | 05/06                                             | 05/07                                             | 05/08                            |
|----------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------|
| 木                                | 金                                       | 土                                | 日     | 月     | 火                                                 | 水                                                 | 木                                |
|                                  | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>Mio.I        | 10:30～11:30<br>Basic<br>SENA.F   | close | close | 10:30～11:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>Mio.I                  |                                  |
|                                  | 12:30～13:30<br>Waist<br>Hana.S          | 12:30～13:30<br>Hip&Leg<br>Hana.S |       |       | 12:30～13:30<br>Basic<br>SENA.F                    | 12:30～13:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I |                                  |
|                                  |                                         | 14:30～15:30<br>Basic<br>SENA.F   |       |       | 14:30～15:30<br>Hip&Leg<br>Hana.S                  |                                                   |                                  |
|                                  |                                         | 16:30～17:30<br>Waist<br>Hana.S   |       |       | 16:30～17:30<br>Pilates Cardio<br>Hana.S           |                                                   |                                  |
|                                  |                                         |                                  |       |       |                                                   |                                                   |                                  |
|                                  |                                         |                                  |       |       |                                                   |                                                   |                                  |
| 18:00～19:00<br>Waist<br>Hana.S   | 18:00～19:00<br>Basic<br>Mio.I           |                                  |       |       |                                                   | 18:00～19:00<br>Waist<br>Hana.S                    | 18:00～19:00<br>Basic<br>SENA.F   |
| 19:30～20:30<br>Basic<br>SENA.F   | 19:30～20:30<br>Pilates Cardio<br>Hana.S |                                  |       |       |                                                   | 19:30～20:30<br>Basic<br>SENA.F                    | 19:30～20:30<br>Hip&Leg<br>Hana.S |
| 21:00～22:00<br>Hip&Leg<br>Hana.S | 21:00～22:00<br>Basic<br>Chisaki.S       |                                  |       |       |                                                   | 21:00～22:00<br>Hip&Leg<br>Hana.S                  | 21:00～22:00<br>Basic<br>SENA.F   |

網島店【5月9日～5月16日スケジュール】

| 05/09                                             | 05/10                                             | 05/11 | 05/12 | 05/13 | 05/14                                             | 05/15                            | 05/16                            |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------|-------|-------|---------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 金                                                 | 土                                                 | 日     | 月     | 火     | 水                                                 | 木                                | 金                                |
| 10:30～11:30<br>Basic<br>SENA.F                    | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>Mio.I                  | close | close | close | 10:30～11:30<br>Pilates Cardio<br>Hana.S           |                                  | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>Mio.I |
| 12:30～13:30<br>Back&Arm<br>Mio.I                  | 12:30～13:30<br>Basic<br>SENA.F                    |       |       |       | 12:30～13:30<br>Back&Arm<br>Mio.I                  |                                  | 12:30～13:30<br>Basic<br>Mio.I    |
|                                                   | 14:30～15:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I |       |       |       |                                                   |                                  |                                  |
|                                                   | 16:30～17:30<br>Basic<br>SENA.F                    |       |       |       |                                                   |                                  |                                  |
|                                                   |                                                   |       |       |       |                                                   |                                  |                                  |
|                                                   |                                                   |       |       |       |                                                   |                                  |                                  |
| 18:00～19:00<br>Pilates Cardio<br>Hana.S           |                                                   |       |       |       | 18:00～19:00<br>Basic<br>SENA.F                    | 18:00～19:00<br>Hip&Leg<br>Hana.S | 18:00～19:00<br>Waist<br>Hana.S   |
| 19:30～20:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I |                                                   |       |       |       | 19:30～20:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I | 19:30～20:30<br>Basic<br>SENA.F   | 19:30～20:30<br>Hip&Leg<br>Hana.S |
| 21:00～22:00<br>Waist<br>Hana.S                    |                                                   |       |       |       | 21:00～22:00<br>Basic<br>SENA.F                    | 21:00～22:00<br>Back&Arm<br>Mio.I | 21:00～22:00<br>Basic<br>SENA.F   |

：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。

網島店【5月17日～24日スケジュール】

2025年4月15日更新

| 05/17                                             | 05/18 | 05/19 | 05/20                                             | 05/21                               | 05/22                                   | 05/23                                             | 05/24                             |
|---------------------------------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 土                                                 | 日     | 月     | 火                                                 | 水                                   | 木                                       | 金                                                 | 土                                 |
| 10:30～11:30<br>Basic<br>SENA.F                    | close | close | 10:30～11:30<br>Basic<br>Mio.I                     | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>Mio.I    |                                         | 10:30～11:30<br>Basic<br>SENA.F                    | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>SENA.F |
| 12:30～13:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I |       |       | 12:30～13:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I | 12:30～13:30<br>Basic<br>インストラクター未確定 |                                         | 12:30～13:30<br>Hip&Leg<br>Hana.S                  | 12:30～13:30<br>Basic<br>mai.T     |
| 14:30～15:30<br>Basic<br>SENA.F                    |       |       |                                                   |                                     |                                         |                                                   | 14:30～15:30<br>Back&Arm<br>SENA.F |
| 16:30～17:30<br>Back&Arm<br>Mio.I                  |       |       |                                                   |                                     |                                         |                                                   | 16:30～17:30<br>Hip&Leg<br>mai.T   |
|                                                   |       |       |                                                   |                                     |                                         |                                                   |                                   |
|                                                   |       |       |                                                   |                                     |                                         |                                                   |                                   |
|                                                   |       |       | 18:00～19:00<br>Basic<br>SENA.F                    | 18:00～19:00<br>Waist<br>Hana.S      | 18:00～19:00<br>Back&Arm<br>Mio.I        | 18:00～19:00<br>Basic<br>SENA.F                    |                                   |
|                                                   |       |       | 19:30～20:30<br>Waist<br>Hana.S                    | 19:30～20:30<br>Basic<br>SENA.F      | 19:30～20:30<br>Pilates Cardio<br>Hana.S | 19:30～20:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I |                                   |
|                                                   |       |       | 21:00～22:00<br>Back&Arm<br>SENA.F                 | 21:00～22:00<br>Hip&Leg<br>Hana.S    | 21:00～22:00<br>Basic<br>インストラクター未確定     | 21:00～22:00<br>Back&Arm<br>Mio.I                  |                                   |

網島店【5月25日～30日スケジュール】

| 05/25 | 05/26 | 05/27                                             | 05/28                                   | 05/29                             | 05/30                                             | 05/31                                             |
|-------|-------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 日     | 月     | 火                                                 | 水                                       | 木                                 | 金                                                 | 土                                                 |
| close | close | 10:30～11:30<br>Waist<br>Hana.S                    | 10:30～11:30<br>Basic<br>SENA.F          |                                   | 10:30～11:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I | 10:30～11:30<br>Hip&Leg<br>Hana.S                  |
|       |       | 12:30～13:30<br>Back&Arm<br>SENA.F                 | 12:30～13:30<br>Pilates Cardio<br>Hana.S |                                   | 12:30～13:30<br>Basic<br>インストラクター未確定               | 12:30～13:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I |
|       |       |                                                   |                                         |                                   |                                                   | 14:30～15:30<br>Basic<br>インストラクター未確定               |
|       |       |                                                   |                                         |                                   |                                                   | 16:30～17:30<br>Back&Arm<br>SENA.F                 |
|       |       |                                                   |                                         |                                   |                                                   |                                                   |
|       |       |                                                   |                                         |                                   |                                                   |                                                   |
|       |       | 18:00～19:00<br>Back&Arm<br>Mio.I                  | 18:00～19:00<br>Basic<br>インストラクター未確定     | 18:00～19:00<br>Basic<br>SENA.F    | 18:00～19:00<br>Hip&Leg<br>Hana.S                  |                                                   |
|       |       | 19:30～20:30<br>Basic<br>インストラクター未確定               | 19:30～20:30<br>Back&Arm<br>Mio.I        | 19:30～20:30<br>Waist<br>Hana.S    | 19:30～20:30<br>Basic<br>インストラクター未確定               |                                                   |
|       |       | 21:00～22:00<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Mio.I | 21:00～22:00<br>Basic<br>インストラクター未確定     | 21:00～22:00<br>Back&Arm<br>SENA.F | 21:00～22:00<br>Pilates Cardio<br>Hana.S           |                                                   |

：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）