

心斎橋店【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 Basic natsuki.s	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Kaco.F	10:30～11:30 Hip&Leg Kaco.F	close	10:30～11:30 Waist natsuki.s	10:30～11:30 Pilates Barre Azusa	
	12:30～13:30 Back&Spine Azusa	12:00～13:00 Basic chihiro.m	12:00～13:00 Waist Suzu.K		12:00～13:00 Pilates Workout Kaco.F	12:30～13:30 Hip&Leg Kaco.F	
		13:30～14:30 Back&Arm Azusa	13:30～14:30 Basic Kaco.F		13:30～14:30 Basic chihiro.m		
		15:00～16:00 Hip&Leg Kaco.F	15:00～16:00 Jump to Burn Suzu.K		15:00～16:00 Shape up Waist natsuki.s		
		17:30～18:30 Pilates Barre Azusa			17:30～18:30 Body Balance Kaco.F		
18:00～19:00 Shape up Waist natsuki.s	18:00～19:00 Pilates Workout Azusa					18:00～19:00 Back&Arm Azusa	18:00～19:00 Basic chihiro.m
19:30～20:30 Basic chihiro.m	19:30～20:30 Stretch & Conditioning Kaco.F					19:30～20:30 Basic natsuki.s	19:30～20:30 Shape up Waist natsuki.s
21:00～22:00 Body Balance Kaco.F	21:00～22:00 Basic chihiro.m					21:00～22:00 Shape up Waist natsuki.s	21:00～22:00 Basic natsuki.s

心斎橋店【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 Shape up Waist natsuki.s	10:30～11:30 Basic chihiro.m	10:30～11:30 Pilates Workout Azusa	close	10:30～11:30 Basic shio	10:30～11:30 Power up Control Karin		10:30～11:30 Basic chihiro.m
12:30～13:30 Basic chihiro.m	12:00～13:00 Waist Azusa	12:00～13:00 Basic chihiro.m		12:30～13:30 Hip&Leg Kaco.F	12:30～13:30 Release&Strength Karin		12:30～13:30 Back&Spine Azusa
	13:30～14:30 Advance Maori	13:30～14:30 Hip&Leg Azusa					
	15:00～16:00 Back&Spine Azusa	15:00～16:00 Shape up Waist natsuki.s					
	17:30～18:30 Hip&Leg Maori						
18:00～19:00 Waist Azusa				18:00～19:00 Pilates Cardio maki.U	18:00～19:00 Shape up Waist natsuki.s	18:00～19:00 Advance Maori	18:00～19:00 Pilates Barre Azusa
19:30～20:30 Basic chihiro.m				19:30～20:30 Stretch & Conditioning Kaco.F	19:30～20:30 Basic chihiro.m	19:30～20:30 Back&Spine Maori	19:30～20:30 Basic shio
21:00～22:00 Pilates Workout Azusa				21:00～22:00 Waist maki.U	21:00～22:00 Body Balance Kaco.F	21:00～22:00 Basic shio	21:00～22:00 Waist Azusa

：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。

心斎橋店【5月17日～5月24日スケジュール】

2025年3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 Stretch & Conditioning Kaco.F	close	close	10:30～11:30 Hip&Leg Kaco.F	10:30～11:30 Basic shio		10:30～11:30 Hip&Leg Kaco.F	10:30～11:30 Waist Azusa
12:00～13:00 Basic chihiro.m			12:30～13:30 Basic shio	12:30～13:30 Stretch & Conditioning Kaco.F		12:30～13:30 Back&Arm chihiro.m	12:00～13:00 Power up Control Karin
13:30～14:30 Pilates Workout Kaco.F							13:30～14:30 Basic shio
15:00～16:00 Basic chihiro.m							15:00～16:00 Release&Strength Karin
17:30～18:30 Body Balance Kaco.F							17:30～18:30 Back&Spine Azusa
			18:00～19:00 Back&Arm chihiro.m	18:00～19:00 Pilates Cardio Karin	18:00～19:00 Pilates Barre Azusa	18:00～19:00 Waist Azusa	
			19:30～20:30 Basic chihiro.m	19:30～20:30 Back&Arm chihiro.m	19:30～20:30 Basic shio	19:30～20:30 Basic chihiro.m	
			21:00～22:00 Body Balance Kaco.F	21:00～22:00 Jump to Burn Karin	21:00～22:00 Hip&Leg Azusa	21:00～22:00 Pilates Barre Azusa	

心斎橋店【5月25日～5月31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
10:30～11:30 Basic chihiro.m	close	10:30～11:30 Basic shio	10:30～11:30 Back&Spine Maori		10:30～11:30 Back&Arm chihiro.m	10:30～11:30 Basic chihiro.m
12:00～13:00 Hip&Leg Maori		12:30～13:30 Pilates Workout Azusa	12:30～13:30 Advance Maori		12:30～13:30 Basic shio	12:00～13:00 Hip&Leg Kaco.F
13:30～14:30 Back&Arm chihiro.m						13:30～14:30 Waist Azusa
15:00～16:00 Advance Maori						15:00～16:00 Body Balance Kaco.F
						17:30～18:30 Back&Spine Azusa
		18:00～19:00 Basic chihiro.m	18:00～19:00 Back&Arm chihiro	18:00～19:00 Waist Azusa	18:00～19:00 Basic shio	
		19:30～20:30 Hip&Leg Kaco.F	19:30～20:30 Body Balance Kaco.F	19:30～20:30 Basic chihiro	19:30～20:30 Hip&Leg Kaco.F	
		21:00～22:00 Back&Arm chihiro.m	21:00～22:00 Hip&Leg Kaco.F	21:00～22:00 Pilates Workout Azusa	21:00～22:00 Stretch & Conditioning Kaco.F	

：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）