

葛西店【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 Waist 📄 Kanae.T	10:30～11:30 Pilates Barre Misa.K	10:30～11:30 Stretch & Conditioning 📄 yumeno	close	10:30～11:30 Back&Arm 📄 Kanae.T	10:30～11:30 Pilates Cardio yumeno	
	12:30～13:30 Jump to Burn Misa.K	12:00～13:00 Waist 📄 Kanae.T	12:00～13:00 Basic 📄 JUKA.W		12:00～13:00 Advance yumeno	12:30～13:30 Waist 📄 Kanae.T	
		13:30～14:30 Back&Arm 📄 JUKA.W	13:30～14:30 Jump to Burn yumeno		13:30～14:30 Hip&Leg 📄 Misa.K		
		15:00～16:00 Pilates Cardio yumeno	15:00～16:00 Back&Arm 📄 Kanae.T		15:00～16:00 Basic 📄 Kanae.T		
		17:30～18:30 Basic 📄 JUKA.W			17:30～18:30 Pilates Barre Misa.K		
18:00～19:00 Basic 📄 JUKA.W	18:00～19:00 Hip&Leg 📄 yumeno					18:00～19:00 Body Balance Misa.K	18:00～19:00 Back&Arm 📄 Kanae.T
19:30～20:30 Shape up Waist Misa.K	19:30～20:30 Basic 📄 JUKA.W					19:30～20:30 Back&Arm 📄 JUKA.W	19:30～20:30 Basic 📄 JUKA.W
21:00～22:00 Back&Arm 📄 JUKA.W	21:00～22:00 Body Balance yumeno					21:00～22:00 Basic 📄 JUKA.W	21:00～22:00 Waist 📄 Kanae.T

葛西店【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 Basic 📄 Kanae.T	10:30～11:30 Shape up Waist Misa.K	10:30～11:30 Back&Arm 📄 Aiko	close	close	10:30～11:30 Back&Arm 📄 Kanae.T		10:30～11:30 Hip&Leg 📄 yumeno
12:30～13:30 Back&Arm 📄 Kanae.T	12:00～13:00 Basic 📄 JUKA.W	12:00～13:00 Hip&Leg 📄 Misa.K			12:30～13:30 Pilates Barre yumeno		12:30～13:30 Body Balance yumeno
	13:30～14:30 Body Balance Misa.K	13:30～14:30 Basic 📄 JUKA.W					
	15:00～16:00 Back&Arm 📄 JUKA.W	15:00～16:00 Pilates Barre Misa.K					
	17:30～18:30 Jump to Burn Aiko						
18:00～19:00 Pilates Barre Misa.K					18:00～19:00 Basic 📄 JUKA.W	18:00～19:00 Pilates Cardio yumeno	18:00～19:00 Basic 📄 Kanae.T
19:30～20:30 Advance yumeno					19:30～20:30 Jump to Burn Misa.K	19:30～20:30 Waist 📄 Aiko	19:30～20:30 Back&Arm 📄 JUKA.W
21:00～22:00 Hip&Leg 📄 Misa.K					21:00～22:00 Hip&Leg 📄 Misa.K	21:00～22:00 Stretch & Conditioning 📄 yumeno	21:00～22:00 Waist 📄 Kanae.T

📄：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。

葛西店【5月17日～5月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 Basic 🍷 Kanae.T	10:30～11:30 Jump to Burn Misa.K	close	10:30～11:30 Basic 🍷 未定	10:30～11:30 Shape up Waist Misa.K		10:30～11:30 Pilates Barre Misa.K	10:30～11:30 Waist 🍷 Kanae.T
12:00～13:00 Back&Arm 🍷 JUKA.W	12:00～13:00 Stretch & Conditioning 🍷 yumeno		12:30～13:30 Advance yumeno	12:30～13:30 Back&Arm 🍷 Kanae.T		12:30～13:30 Basic 🍷 JUKA.W	12:00～13:30 Advance yumeno
13:30～14:30 Pilates Barre Misa.K	13:30～14:30 Basic 🍷 Misa.K						13:30～14:30 Basic 🍷 未定
15:00～16:00 Waist 🍷 Aiko	15:00～16:00 Body Balance yumeno						15:00～16:00 Back&Arm 🍷 JUKA.W
17:30～18:30 Hip&Leg 🍷 Misa.K							17:30～18:30 Basic 🍷 Kanae.T
			18:00～19:00 Back&Arm 🍷 Aiko	18:00～19:00 Basic 🍷 未定	18:00～19:00 Waist 🍷 Kanae.T	18:00～19:00 Jump to Burn yumeno	
			19:30～20:30 Basic 🍷 JUKA.W	19:30～20:30 Back&Arm 🍷 Aiko	19:30～20:30 Body Balance yumeno	19:30～20:30 Basic 🍷 未定	
			21:00～22:00 Waist 🍷 Kanae.T	21:00～22:00 Pilates Cardio yumeno	21:00～22:00 Basic 🍷 Aiko	21:00～22:00 Hip&Leg 🍷 yumeno	

葛西店【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 🍷 JUKA.W	close	10:30～11:30 Waist 🍷 Aiko	10:30～11:30 Basic 🍷 JUKA.W		10:30～11:30 Basic 🍷 未定	10:30～11:30 Advance yumeno
12:00～13:00 Pilates Barre Aiko		12:30～13:30 Back&Arm 🍷 JUKA.W	12:30～13:30 Waist 🍷 Kanae.T		12:30～13:30 Pilates Cardio yumeno	12:00～13:30 Basic 🍷 Aiko
13:30～14:30 Waist 🍷 Kanae.T						13:30～14:30 Back&Arm 🍷 JUKA.W
15:00～16:00 Hip&Leg 🍷 Aiko						15:00～16:00 Basic 🍷 未定
						17:30～18:30 Shape up Waist Misa.K
		18:00～19:00 Basic 🍷 未定	18:00～19:00 Hip&Leg 🍷 yumeno	18:00～19:00 Shape up Waist Misa.K	18:00～19:00 Basic 🍷 JUKA.W	
		19:30～20:30 Stretch & Conditioning 🍷 yumeno	19:30～20:30 Jump to Burn Misa.K	19:30～20:30 Basic 🍷 JUKA.W	19:30～20:30 Body Balance Misa.K	
		21:00～22:00 Advance yumeno	21:00～22:00 Basic 🍷 未定	21:00～22:00 Pilates Barre Aiko	21:00～22:00 Back&Arm 🍷 JUKA.W	

🍷：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）