

八王子オクトーレド【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 yukika.s	10:30~11:30 Hip&Leg mizuki.H	10:30~11:30 Basic yumika.o	close	10:30~11:30 Basic yumika.o	10:30~11:30 Waist yumika.o	
	12:30~13:30 Hip&Leg mizuki.H	12:00~13:00 Basic yumika.o	12:00~13:00 Release&Strength Ayumi.S		12:00~13:00 Pilates Cardio mizuki.H	12:30~13:30 Power up Control Yui.K	
		13:30~14:30 Waist mizuki.H	13:30~14:30 Hip&Leg Ayumi.S		13:30~14:30 Waist mizuki.H		
		15:00~16:00 Basic yumika.o	15:00~16:00 Advance Hitomi		15:00~16:00 Basic yukika.s		
17:30~18:30 Waist mizuki.H	17:30~18:30 Pilates Workout yukino	17:30~18:30 Jump to Burn mizuki.H			17:30~18:30 Back&Arm mizuki.H	17:30~18:30 Basic yukika.s	17:30~18:30 Hip&Leg mizuki.H
19:00~20:00 Back&Spine mizuki.H	19:00~20:00 Basic yumika.o					19:00~20:00 Shape up Waist Aoi.M	19:00~20:00 Basic yukika.s
20:30~21:30 Basic yumika.o	20:30~21:30 Stretch & Conditioning yukino					20:30~21:30 Pilates Barre Aoi.M	20:30~21:30 Jump to Burn mizuki.H

八王子オクトーレド【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 Waist yumika.o	10:30~11:30 Basic yumika.o	10:30~11:30 Hip&Leg mizuki.H	close		10:30~11:30 Basic 未定		10:30~11:30 Basic yumika.s
12:30~13:30 Basic yukika.s	12:00~13:00 Jump to Burn mizuki.H	12:00~13:00 Back&Spine mizuki.H		12:30~13:30 Back&Arm mizuki.H	12:30~13:30 Waist yumika.s		
	13:30~14:30 Back&Arm mizuki.H	13:30~14:30 Basic yumika.s					
	15:00~16:00 Waist yumika.o	15:00~16:00 Pilates Cardio mizuki.H					
17:30~18:30 Release&Strength Ayumi.S	17:30~18:30 Pilates Barre Yoko.y			17:30~18:30 Hip&Leg mizuki.H	17:30~18:30 Basic 未定	17:30~18:30 Basic Ayumi.S	17:30~18:30 Hip Punch Ayumi.S
19:00~20:00 Hip Punch Ayumi.S				19:00~20:00 Waist yumika.o	19:00~20:00 Pilates Cardio mizuki.H	19:00~20:00 Basic yumika.o	19:00~20:00 Basic yumika.o
20:30~21:30 Basic yumika.o				20:30~21:30 Basic yukika.s	20:30~21:30 Back&Spine mizuki.H	20:30~21:30 Release&Strength Ayumi.S	20:30~21:30 Release&Strength Ayumi.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4回に制限されます。

八王子オクトーレ店【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 Body Balance mizuki.K	10:30~11:30 Basic yumika.o	close	10:30~11:30 Back&Spine mizuki.H	10:30~11:30 Release&Strength Ayumi.s		10:30~11:30 Waist yumika.o	10:30~11:30 Hip&Leg mizuki.H	
12:00~13:00 Basic yukika.s	12:00~13:00 Waist yumika.o		12:30~13:30 Basic yukika.s	12:30~13:30 Hip Punch Ayumi.S		12:30~13:30 Basic yukika.s	12:00~13:00 Shape up Waist mizuki.K	
13:30~14:30 Shape up Waist mizuki.K	13:30~14:30 Jump to Burn mizuki.H						13:30~14:30 Basic 未定	
15:00~16:00 Basic 未定	15:00~16:00 Back&Arm mizuki.H						15:00~16:00 Back&Spine mizuki.H	
17:30~18:30 Stretch & Conditioning mizuki.K			17:30~18:30 Pilates Cardio mizuki.H	17:30~18:30 Basic yukika.s	17:30~18:30 Basic Ayumi.S	17:30~18:30 Back&Arm Ayumi.S	17:30~18:30 Hip Punch Ayumi.S	17:30~18:30 Body Balance mizuki.K
			19:00~20:00 Waist yumika.o	19:00~20:00 Back&Arm mizuki.H	19:00~20:00 Basic yukika.s	19:00~20:00 Basic mizuki.H	19:00~20:00 Back&Spine mizuki.H	
			20:30~21:30 Basic 未定	20:30~21:30 Hip&Leg mizuki.H	20:30~21:30 Hip Punch Ayumi.S	20:30~21:30 Hip Punch mizuki.H	20:30~21:30 Jump to Burn mizuki.H	

八王子オクトーレ店【5月25日～5月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	
10:30~11:30 Advance Hitomi	close	10:30~11:30 Basic yukika.s	10:30~11:30 Stretch & Conditioning runa.m		10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Advance Hitomi	
12:00~13:00 Basic 未定		12:30~13:30 Pilates Cardio mizuki.H	12:30~13:30 Basic 未定		12:30~13:30 Back&Arm mizuki.H	12:00~13:00 Pilates Workout Riri	
13:30~14:30 Back&Arm Ayumi.S						13:30~14:30 Waist yumika.o	
15:00~16:00 Hip&Leg mizuki.H						15:00~16:00 Release&Strength Ayumi.S	
			17:30~18:30 Back&Spine mizuki.H	17:30~18:30 Waist yumika.o	17:30~18:30 Basic 未定	17:30~18:30 Waist yumika.o	17:30~18:30 Basic 未定
			19:00~20:00 Basic 未定	19:00~20:00 Hip&Leg mizuki.H	19:00~20:00 Waist yumika.o	19:00~20:00 Basic yukika.s	
			20:30~21:30 Waist yumika.o	20:30~21:30 Jump to Burn mizuki.H	20:30~21:30 Basic yumika.o	20:30~21:30 Pilates Cardio mizuki.H	

：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）