

# NU茶屋町店【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>Jump to Burn<br>momo.O     | 10:30～11:30<br>Basic<br>Nagi.M              | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>Amau.H        | 10:30～11:30<br>Basic<br>Nagi.M                    | close | 10:30～11:30<br>Pilates Barre<br>momo.O    | 10:30～11:30<br>Hip&Leg<br>momo.O          | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>Amau.H         |
| 12:00～13:00<br>Basic<br>Nagi.M            | 12:00～13:00<br>Pilates Barre<br>momo.O      | 12:00～13:00<br>Basic<br>Nagi.M           | 12:00～13:00<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M         |       | 12:00～13:00<br>Reset Flow<br>Sakura.M     | 12:00～13:00<br>Back&Arm<br>Yuna           | 12:00～13:00<br>Basic<br>Nagi.M            |
| 13:30～14:30<br>Release&Strength<br>momo.O | 13:30～14:30<br>Basic<br>Nagi.M              | 13:30～14:30<br>Reset Flow<br>Sakura.M    | 13:30～14:30<br>Basic<br>Nagi.M                    |       | 13:30～14:30<br>Shape up Waist<br>momo.O   | 13:30～14:30<br>Release&Strength<br>momo.O | 13:30～14:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H          |
| 15:00～16:00<br>Basic<br>Nagi.M            |                                             | 15:00～16:00<br>Pilates Workout<br>Amau.H | 15:00～16:00<br>Shape up Waist<br>momo.O           |       | 15:00～16:00<br>Animal Stretch<br>Sakura.M |                                           | 15:00～16:00<br>Basic<br>Nagi.M            |
|                                           |                                             | 16:30～17:30<br>Basic<br>Nagi.M           | 16:30～17:30<br>Body Balance<br>Sakura.M           |       | 16:30～17:30<br>Basic<br>Nagi.M            |                                           |                                           |
|                                           |                                             | 18:00～19:00<br>Body Balance<br>Sakura.M  | 18:00～19:00<br>Hip&Leg<br>momo.O                  |       | 18:00～19:00<br>Body Balance<br>Sakura.M   |                                           |                                           |
| 17:30～18:30<br>Pilates Barre<br>Ikumi.S   | 17:30～18:30<br>Power up Control<br>Sakura.M | 19:30～20:00<br>Basic<br>Nagi.M           | 19:30～20:00<br>Stretch & Conditioning<br>Sakura.M |       | 19:30～20:00<br>Basic<br>Nagi.M            | 17:30～18:30<br>Advance<br>Amau.H          | 17:30～18:30<br>Basic<br>Nagi.M            |
| 19:00～20:00<br>Basic<br>Nagi.M            | 19:00～20:00<br>Hip&Leg<br>momo.O            |                                          |                                                   |       |                                           | 19:00～20:00<br>Jump to Burn<br>Yuna       | 19:00～20:00<br>Back&Spine<br>Sakura.M     |
| 20:30～21:30<br>Body Balance<br>Ikumi.S    | 20:30～21:30<br>Back&Spine<br>Sakura.M       |                                          |                                                   |       |                                           | 20:30～21:30<br>Back&Arm<br>Amau.H         | 20:30～21:30<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M |

# NU茶屋町店【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>Reset Flow<br>Sakura.M     | 10:30～11:30<br>Back&Spine<br>Sakura.M     | 10:30～11:30<br>Stretch & Conditioning<br>Sakura.M | close | 10:30～11:30<br>Basic<br>Nagi.M          | 10:30～11:30<br>Release&Strength<br>Amau.H | 10:30～11:30<br>Waist<br>Nagi.M            | 10:30～11:30<br>Pilates Workout<br>Natsuho |
| 12:00～13:00<br>Hip Punch<br>Amau.H        | 12:00～13:00<br>Release&Strength<br>Amau.H | 12:00～13:00<br>Waist<br>Nagi.M                    |       | 12:00～13:00<br>Body Balance<br>Sakura.M | 12:00～13:00<br>Advance<br>momo.O          | 12:00～13:00<br>Power up Control<br>momo.O | 12:00～13:00<br>Shape up Waist<br>Sakura.M |
| 13:30～14:30<br>Animal Stretch<br>Sakura.M | 13:30～14:30<br>Body Balance<br>Sakura.M   | 13:30～14:30<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M         |       | 13:30～14:30<br>Waist<br>Nagi.M          | 13:30～14:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H          | 13:30～14:30<br>Basic<br>Nagi.M            | 13:30～14:30<br>Pilates Barre<br>Natsuho   |
|                                           | 15:00～16:00<br>Basic<br>Nagi.M            | 15:00～16:00<br>Waist<br>Nagi.M                    |       | 15:00～16:00<br>Reset Flow<br>Sakura.M   |                                           | 15:00～16:00<br>Release&Strength<br>momo.O |                                           |
|                                           | 16:30～17:30<br>Hip Punch<br>Amau.H        | 16:30～17:30<br>Reset Flow<br>Sakura.M             |       |                                         |                                           |                                           |                                           |
|                                           | 18:00～19:00<br>Waist<br>Nagi.M            | 18:00～19:00<br>Basic<br>Nagi.M                    |       |                                         |                                           |                                           |                                           |
| 17:30～18:30<br>Basic<br>Nagi.M            | 19:30～20:00<br>Hip&Leg<br>Amau.H          |                                                   |       | 17:30～18:30<br>Pilates Barre<br>momo.O  | 17:30～18:30<br>Back&Arm<br>Natsuho        | 17:30～18:30<br>Pilates Workout<br>Amau.H  | 17:30～18:30<br>Basic<br>未定                |
| 19:00～20:00<br>Pilates Workout<br>Amau.H  |                                           |                                                   |       | 19:00～20:00<br>Back&Spine<br>Sakura.M   | 19:00～20:00<br>Basic<br>Nagi.M            | 19:00～20:00<br>Shape up Waist<br>momo.O   | 19:00～20:00<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M |
| 20:30～21:30<br>Basic<br>Nagi.M            |                                           |                                                   |       | 20:30～21:30<br>Jump to Burn<br>momo.O   | 20:30～21:30<br>Pilates Barre<br>Natsuho   | 20:30～21:30<br>Hip Punch<br>Amau.H        | 20:30～21:30<br>Basic<br>未定                |

👉: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。

NU茶屋町店【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<br>Reset Flow<br>Sakura.M       | close | close | 10:30～11:30<br>Waist<br>Nagi.M        | 10:30～11:30<br>Basic<br>未定              | 10:30～11:30<br>Shape up Waist<br>momo.O   | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>Amau.H                    | 10:30～11:30<br>Basic<br>未定                |
| 12:00～13:00<br>Hip Punch<br>Amau.H          |       |       | 12:00～13:00<br>Basic<br>未定            | 12:00～13:00<br>Hip&Leg<br>momo.O        | 12:00～13:00<br>Release&Strength<br>Amau.H | 12:00～13:00<br>Basic<br>未定                           | 12:00～13:00<br>Waist<br>Nagi.M            |
| 13:30～14:30<br>Power up Control<br>Sakura.M |       |       | 13:30～14:30<br>Basic<br>未定            | 13:30～14:30<br>Basic<br>未定              | 13:30～14:30<br>Power up Control<br>momo.O | 13:30～14:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H                     | 13:30～14:30<br>Basic<br>未定                |
| 15:00～16:00<br>Basic<br>未定                  |       |       | 15:00～16:00<br>Waist<br>Nagi.M        |                                         | 15:00～16:00<br>Hip Punch<br>Amau.H        |                                                      | 15:00～16:00<br>Animal Stretch<br>Sakura.M |
| 16:30～17:30<br>Hip&Leg<br>Amau.H            |       |       |                                       |                                         |                                           |                                                      | 16:30～17:30<br>Waist<br>Nagi.M            |
| 18:00～19:00<br>Basic<br>未定                  |       |       |                                       |                                         |                                           |                                                      | 18:00～19:00<br>Back&Spine<br>Sakura.M     |
| 19:30～20:00<br>Back&Arm<br>Amau.H           |       |       | 17:30～18:30<br>Reset Flow<br>Sakura.M | 17:30～18:30<br>Waist<br>Nagi.M          | 17:30～18:30<br>Basic<br>Nagi.M            | 17:30～18:30<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Sakura.M | 19:30～20:00<br>Waist<br>Nagi.M            |
|                                             |       |       | 19:00～20:00<br>Waist<br>Nagi.M        | 19:00～20:00<br>Animal Stretch<br>momo.O | 19:00～20:00<br>Back&Arm<br>Amau.H         | 19:00～20:00<br>Basic<br>未定                           |                                           |
|                                             |       |       | 20:30～21:30<br>Back&Spine<br>Sakura.M | 20:30～21:30<br>Waist<br>Nagi.M          | 20:30～21:30<br>Waist<br>Nagi.M            | 20:30～21:30<br>Body Balance<br>Sakura.M              |                                           |

NU茶屋町店【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<br>Waist<br>Nagi.M            | close | 10:30～11:30<br>Advance<br>Amau.H          | 10:30～11:30<br>Back&Arm<br>Yuna           | 10:30～11:30<br>Back&Spine<br>Sakura.M   | 10:30～11:30<br>Waist<br>Nagi.M                       | 10:30～11:30<br>Power up Control<br>momo.O |
| 12:00～13:00<br>Pilates Barre<br>Ikumi.S   |       | 12:00～13:00<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M | 12:00～13:00<br>Basic<br>未定                | 12:00～13:00<br>Basic<br>未定              | 12:00～13:00<br>Stretch<br>& Conditioning<br>Sakura.M | 12:00～13:00<br>Basic<br>未定                |
| 13:30～14:30<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M |       | 13:30～14:30<br>Pilates Workout<br>Amau.H  | 13:30～14:30<br>Jump to Burn<br>Yuna       | 13:30～14:30<br>Reset Flow<br>Sakura.M   | 13:30～14:30<br>Basic<br>Nagi.M                       | 13:30～14:30<br>Waist<br>Nagi.M            |
| 15:00～16:00<br>Basic<br>Nagi.M            |       | 15:00～16:00<br>Basic<br>未定                |                                           | 15:00～16:00<br>Basic<br>未定              |                                                      | 15:00～16:00<br>Basic<br>未定                |
| 16:30～17:30<br>Body Balance<br>Ikumi.S    |       |                                           |                                           |                                         |                                                      | 16:30～17:30<br>Pilates Workout<br>Amau.H  |
| 18:00～19:00<br>Shape up Waist<br>Sakura.M |       |                                           |                                           |                                         |                                                      | 18:00～19:00<br>Waist<br>Nagi.M            |
|                                           |       | 17:30～18:30<br>Basic<br>未定                | 17:30～18:30<br>Waist<br>Nagi.M            | 17:30～18:30<br>Jump to Burn<br>momo.O   | 17:30～18:30<br>Pilates Barre<br>momo.O               | 19:30～20:00<br>Back&Arm<br>Amau.H         |
|                                           |       | 19:00～20:00<br>Body Balance<br>Sakura.M   | 19:00～20:00<br>Pilates Cardio<br>Sakura.M | 19:00～20:00<br>Basic<br>未定              | 19:00～20:00<br>Back&Arm<br>Amau.H                    |                                           |
|                                           |       | 20:30～21:30<br>Basic<br>未定                | 20:30～21:30<br>Basic<br>Nagi.M            | 20:30～21:30<br>Shape up Waist<br>momo.O | 20:30～21:30<br>Animal Stretch<br>momo.O              |                                           |

👉：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）