

八尾店【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 Back&Arm Haruna.y	10:30～11:30 Shape up Waist Haruna.y	10:30～11:30 Pilates Workout michi	close	10:30～11:30 Release&Strength Haruna.y	10:30～11:30 Shape up Waist Haruna.y	
	12:30～13:30 Basic Alisa.K	12:00～13:00 Hip Punch michi	12:00～13:00 Basic Alisa.K		12:00～13:00 Waist Alisa.K	12:30～13:30 Basic Alisa.K	
		13:30～14:30 Release&Strength michi	13:30～14:30 Waist Alisa.K		13:30～14:30 Pilates Cardio Haruna.y		
		15:00～16:00 Back&Arm Haruna.y	15:00～16:00 Body Balance michi		15:00～16:00 Basic Alisa.K		
		17:30～18:30 Pilates Barre michi	17:30～18:30 Hip&Leg Alisa.K		17:30～18:30 Back&Arm Haruna.y		
18:00～19:00 Basic Alisa.K	18:00～19:00 Back&Spine michi					18:00～19:00 Jump to Burn michi	18:00～19:00 Back&Arm Haruna.y
19:30～20:30 Back&Arm Haruna.y	19:30～20:30 Waist Alisa.K					19:30～20:30 Hip&Leg Alisa.K	19:30～20:30 Basic Alisa.K
21:00～22:00 Advance michi	21:00～22:00 Jump to Burn michi					21:00～22:00 Pilates Barre michi	21:00～22:00 Pilates Cardio Haruna.y

八尾店【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 Stretch & Conditioning michi	10:30～11:30 Back&Arm Haruna.y	10:30～11:30 Jump to Burn michi	close	10:30～11:30 Release&Strength Haruna.y	10:30～11:30 Back&Spine michi		10:30～11:30 Hip Punch michi
12:30～13:30 Hip&Leg Alisa.K	12:00～13:00 Pilates Cardio Haruna.y	12:00～13:00 Hip&Leg Alisa.K		12:30～13:30 Advance michi	12:30～13:30 Waist michi		12:30～13:30 Release&Strength Haruna.y
	13:30～14:30 Waist Alisa.K	13:30～14:30 Back&Spine michi					
	15:00～16:00 Basic Haruna.y	15:00～16:00 Shape up Waist Haruna.y					
	17:30～18:30 Hip&Leg Alisa.K						
18:00～19:00 Shape up Waist Haruna.y				18:00～19:00 Basic Alisa.K	18:00～19:00 Pilates Cardio Haruna.y	18:00～19:00 Pilates Barre michi	18:00～19:00 Basic インストラクター未確定
19:30～20:30 Back&Arm Haruna.y				19:30～20:30 Waist Alisa.K	19:30～20:30 Basic Alisa.K	19:30～20:30 Pilates Workout michi	19:30～20:30 Hip&Leg Haruna.y
21:00～22:00 Hip Punch michi				21:00～22:00 Hip&Leg Alisa.K	21:00～22:00 Back&Arm Haruna.y	21:00～22:00 Basic インストラクター未確定	21:00～22:00 Back&Arm Haruna.y

👉: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。

八尾店【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 Hip&Leg Haruna.y	close	close	10:30～11:30 Back&Arm Haruna.y	10:30～11:30 Waist Alisa.K		10:30～11:30 Pilates Workout michi	10:30～11:30 Basic Nana.M
12:00～13:00 Pilates Barre michi			12:30～13:30 Pilates Cardio Haruna.y	12:30～13:30 Hip&Leg Alisa.K		12:30～13:30 Basic Nana.M	12:00～13:00 Hip&Leg Haruna.y
13:30～14:30 Shape up Waist Haruna.y							13:30～14:30 Pilates Cardio Haruna.y
15:00～16:00 Advance michi							15:00～16:00 Basic Nana.M
17:30～18:30 Basic Nana.M							17:30～18:30 Release&Strength Haruna.y
			18:00～19:00 Hip&Leg Alisa.K	18:00～19:00 Basic Nana.M	18:00～19:00 Advance michi	18:00～19:00 Hip&Leg Alisa.K	
			19:30～20:30 Basic Nana.M	19:30～20:30 Jump to Burn michi	19:30～20:30 Waist Alisa.K	19:30～20:30 Basic Nana.M	
			21:00～22:00 Waist Alisa.K	21:00～22:00 Body Balance michi	21:00～22:00 Hip Punch michi	21:00～22:00 Waist Alisa.K	

八尾店【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 Hip&Leg Alisa.K	close	10:30～11:30 Waist Alisa.K	10:30～11:30 Basic Nana.M		10:30～11:30 Back&Arm Haruna.y	10:30～11:30 Waist Alisa.K
12:00～13:00 Back&Spine michi		12:30～13:30 Basic Nana.M	12:30～13:30 Shape up Waist Haruna.y		12:30～13:30 Stretch & Conditioning michi	12:00～13:00 Body Balance michi
13:30～14:30 Basic Alisa.K						13:30～14:30 Basic Haruna.y
15:00～16:00 Body Balance michi						15:00～16:00 Shape up Waist Haruna.y
						17:30～18:30 Jump to Burn michi
		18:00～19:00 Back&Arm Haruna.y	18:00～19:00 Hip Punch michi	18:00～19:00 Hip&Leg Alisa.K	18:00～19:00 Basic Alisa.K	
		19:30～20:30 Basic Nana.M	19:30～20:30 Release&Strength Haruna.y	19:30～20:30 Basic Nana.M	19:30～20:30 Hip Punch michi	
		21:00～22:00 Pilates Cardio Haruna.y	21:00～22:00 Pilates Barre michi	21:00～22:00 Waist Alisa.K	21:00～22:00 Back&Spine michi	

👉：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）