

川崎店【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 Mai.T	10:30～11:30 Waist honoka	10:30～11:30 Pilates Workout Mai	10:30～11:30 Release&Strength honoka	close	10:30～11:30 Hip&Leg Chisaki.S	10:30～11:30 Waist honoka	10:30～11:30 Advance honoka
12:00～13:00 Hip Punch honoka	12:00～13:00 Pilates Barre Kanami	12:00～13:00 Jump to Burn honoka	12:00～13:00 Basic Mai.T		12:00～13:00 Back&Spine kanami	12:30～13:30 Pilates Workout Nanami.N	12:00～13:00 Back&Arm honoka
13:30～14:30 Release&Strength honoka	13:30～14:30 Jump to Burn honoka	13:30～14:30 Basic Mai.T	13:30～14:30 Hip Punch honoka		13:30～14:30 Basic Chisaki.S		13:30～14:30 Basic Mai.T
		15:00～16:00 Back&Arm honoka	15:00～16:00 Basic Mai.T		15:00～16:00 Body Balance Nanami		
		17:30～18:30 Shape up Waist Mai			17:30～18:30 Reset Flow Kanami		
18:00～19:00 Reset Flow kanami	18:00～19:00 Basic Mai.T					18:00～19:00 Pilates Barre kanami	18:00～19:00 Basic Mai.T
19:30～20:30 Stretch & Conditioning Chisaki.S	19:30～20:30 Back&Spine Kanami					19:30～20:30 Basic Mai.T	19:30～20:30 Waist kanami
21:00～22:00 Hip&Leg Chisaki.S	21:00～22:00 Basic Mai.T					21:00～22:00 Shape up Waist kanami	21:00～22:00 Jump to Burn kanami

川崎店【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 Body Balance Nanami.N	10:30～11:30 Basic Mai.T	10:30～11:30 Jump to Burn Kanami	close	close	10:30～11:30 Hip&Leg 未定	10:30～11:30 Pilates Cardio Kanami	10:30～11:30 Release&Strength honoka
12:00～13:00 Basic Hana.I	12:00～13:00 Back&Spine Kanami	12:00～13:00 Basic Mai.T			12:30～13:30 Advance honoka	12:00～13:00 Basic Chisaki.S	12:00～13:00 Shape up Waist honoka
13:30～14:30 Hip Punch Nanami.N	13:30～14:30 Basic Mai.T	13:30～14:30 Shape up Waist Kanami				13:30～14:30 Hip&Leg Chisaki.S	13:30～14:30 Basic Mai.T
	15:00～16:00 Pilates Barre Kanami	15:00～16:00 Basic 未定					
	17:30～18:30 Waist kanami						
18:00～19:00 Pilates Cardio honoka					18:00～19:00 Hip Punch honoka	18:00～19:00 Body Balance Nanami.N	18:00～19:00 Waist Kanami
19:30～20:30 Release&Strength honoka					19:30～20:30 Basic Chisaki.S	19:30～20:30 Back&Arm Chisaki.S	19:30～20:30 Reset Flow Kanami
21:00～22:00 Basic Hana.I					21:00～22:00 Stretch & Conditioning Chisaki.S	21:00～22:00 Pilates Workout Nanami.N	21:00～22:00 Basic Mai.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。

川崎店【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 Reset Flow Kanami	10:30～11:30 Waist honoka	close	10:30～11:30 Jump to Burn Nanami.N	10:30～11:30 Waist Nanami.N	10:30～11:30 Basic Mai.T	10:30～11:30 Back&Arm Kanami	10:30～11:30 Basic 未定
12:00～13:00 Hip&Leg 未定	12:00～13:00 Back&Arm Kanami		12:00～13:00 Advance honoka	12:30～13:30 Pilates Workout Nanami.N	12:00～13:00 Back&Spine Kanami	12:00～13:00 Pilates Cardio Kanami	12:00～13:00 Advance honoka
13:30～14:30 Shape up Waist Kanami	13:30～14:30 Advance honoka		13:30～14:30 Body Balance Nanami.N		13:30～14:30 Reset Flow Kanami	13:30～14:30 Basic 未定	13:30～14:30 Back&Arm 未定
15:00～16:00 Basic Mai.T	15:00～16:00 Jump to Burn Kanami						15:00～16:00 Release&Strength honoka
17:30～18:30 Hip&Leg 未定							17:30～18:30 Body Balance Nanami.N
			18:00～19:00 Basic Mai.T	18:00～19:00 Hip&Leg 未定	18:00～19:00 Waist honoka	18:00～19:00 Hip Punch Nanami.N	
			19:30～20:30 Shape up Waist honoka	19:30～20:30 Basic Mai.T	19:30～20:30 Jump to Burn honoka	19:30～20:30 Basic Mai.T	
			21:00～22:00 Hip&Leg 未定	21:00～22:00 Pilates Cardio honoka	21:00～22:00 Basic Hana.I	21:00～22:00 Hip&Leg 未定	

川崎店【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 Back&Spine Kanami	close	10:30～11:30 Back&Arm Kanami	10:30～11:30 Hip&Leg 未定	10:30～11:30 Waist honoka	10:30～11:30 Jump to Burn honoka	10:30～11:30 Pilates Cardio honoka
12:00～13:00 Basic 未定		12:00～13:00 Hip Punch honoka	12:30～13:30 Reset Flow Kanami	12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Stretch & Conditioning honoka	12:00～13:00 Waist Kanami
13:30～14:30 Pilates Cardio Kanami		13:30～14:30 Pilates Barre kanami		13:30～14:30 Hip Punch honoka	13:30～14:30 Basic 未定	13:30～14:30 Basic 未定
15:00～16:00 Basic 未定						15:00～16:00 Pilates Barre kanami
						17:30～18:30 Hip&Leg 未定
		18:00～19:00 Basic 未定	18:00～19:00 Body Balance Nanami.N	18:00～19:00 Basic Mai.T	18:00～19:00 Back&Arm Yuka.F	
		19:30～20:30 Jump to Burn honoka	19:30～20:30 Back&Spine Kanami	19:30～20:30 Hip&Leg 未定	19:30～20:30 Basic Mai.T	
		21:00～22:00 Basic 未定	21:00～22:00 Pilates Workout Nanami.N	21:00～22:00 Back&Arm Yuka.F	21:00～22:00 Hip&Leg 未定	

：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）