

西梅田店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年5月24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 Ikumi.S	10：30～11：30 Shape up Waist Natsuho	10：30～11：30 Jump to Burn Yuna	close	10：30～11：30 Pilates Cardio Natsuho	10：30～11：30 Back&Spine Sakura.M	
	12：30～13：30 Pilates Cardio Yuna	12：00～13：00 Pilates Cardio Yuna	12：00～13：00 Stretch & Conditioning Ikumi.S		12：00～13：00 Waist Yuna	12：30～13：30 Back&Arm Natsuho	
		13：30～14：30 Basic Ikumi.S	13：30～14：30 Back&Spine Yuna		13：30～14：30 Pilates Workout Amau.H		
		15：00～16：00 Hip&Leg Natsuho	15：00～16：00 Pilates Barre Ikumi.S		15：00～16：00 Basic Yuna		
		17：30～18：30 Waist Yuna	17：30～18：30 Body Balance Ikumi.S		17：30～18：30 Hip&Leg Amau.H		
18：00～19：00 Waist Yuna	18：00～19：00 Release&Strength Ikumi.S					18：00～19：00 Waist Ikumi.S	18：00～19：00 Back&Arm Natsuho
19：30～20：30 Pilates Workout Amau.H	19：30～20：30 Hip&Leg Natsuho					19：30～20：30 Body Balance Sakura.M	19：30～20：30 Pilates Barre Ikumi.S
21：00～22：00 Back&Spine Yuna	21：00～22：00 Pilates Barre Natsuho					21：00～22：00 Stretch & Conditioning Ikumi.S	21：00～22：00 Hip&Leg Natsuho

西梅田店【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 Hip&Leg Natsuho	10：30～11：30 Back&Spine Yuna	10：30～11：30 Pilates Cardio Natsuho	close	10：30～11：30 Pilates Workout Amau.H	10：30～11：30 Waist Ikumi.S		10：30～11：30 Pilates Barre Ikumi.S
12：30～13：30 Body Balance Ikumi.S	12：00～13：00 Hip&Leg Natsuho	12：00～13：00 Release&Strength Ikumi.S		12：30～13：30 Release&Strength Ikumi.S	12：30～13：30 Jump to Burn Yuna		12：30～13：30 Shape up Waist momo.O
	13：30～14：30 Pilates Cardio Yuna	13：30～14：30 Basic Natsuho					
	15：00～16：00 Shape up Waist Natsuho	15：00～16：00 Body Balance Ikumi.S					
	17：30～18：30 Jump to Burn Yuna						
18：00～19：00 Jump to Burn Yuna				18：00～19：00 Pilates Workout Amau.H	18：00～19：00 Body Balance Ikumi.S	18：00～19：00 Pilates Cardio Yuna	18：00～19：00 Hip&Leg momo.O
19：30～20：30 Release&Strength Ikumi.S				19：30～20：30 Back&Spine Yuna	19：30～20：30 Waist Nagi.m	19：30～20：30 Back&Arm Natsuho	19：30～20：30 Stretch & Conditioning Ikumi.S
21：00～22：00 Pilates Cardio Yuna				21：00～22：00 Waist Yuna	21：00～22：00 Basic Nagi.m	21：00～22：00 Back&Spine Yuna	21：00～22：00 Body Balance Ikumi.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。

西梅田店【5月17日～5月24日スケジュール】

2025年5月24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 Ikumi.S	close	close	10：30～11：30 Basic Nagi.m	10：30～11：30 Pilates Cardio Natsuho		10：30～11：30 Back&Arm Natsuho	10：30～11：30 Hip&Leg Natsuho
12：00～13：00 Waist Nagi.m			12：30～13：30 Body Balance Ikumi.S	12：30～13：30 Back&Spine Sakura.M		12：30～13：30 Hip&Leg Natsuho	12：30～13：00 Jump to Burn Yuna
13：30～14：30 Pilates Barre Ikumi.S							13：30～14：30 Waist Yuna
15：00～16：00 Basic Nagi.m							15：00～16：00 Body Balance Ikumi.S
17：30～18：30 Release&Strength Ikumi.S							17：30～18：30 Shape up Waist Natsuho
			18：00～19：00 Pilates Barre Natsuho	18：00～19：00 Back&Arm Amau.H	18：00～19：00 Hip&Leg Natsuho	18：00～19：00 Back&Spine Yuna	
			19：30～20：30 Waist Nagi.m	19：30～20：30 Hip&Leg Natsuho	19：30～20：30 Jump to Burn Yuna	19：30～20：30 Basic Maho.F	
			21：00～22：00 Shape up Waist Natsuho	21：00～22：00 Pilates Workout Amau.H	21：00～22：00 Back&Arm Natsuho	21：00～22：00 Waist Yuna	

西梅田店【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 Shape up Waist Natsuho	close	10：30～11：30 Waist Ikumi.S	10：30～11：30 Basic Maho.F		10：30～11：30 Stretch & Conditioning Ikumi.S	10：30～11：30 Pilates Cardio Yuna
12：00～13：00 Basic Maho.F		12：30～13：30 Pilates Workout Natsuho	12：30～13：30 Pilates Barre Ikumi.S		12：30～13：30 Basic Maho.F	12：00～13：00 Hip&Leg Natsuho
13：30～14：30 Pilates Barre Natsuho						13：30～14：30 Pilates Workout Natsuho
15：00～16：00 Basic Maho.F						15：00～16：00 Basic Maho.F
						17：30～18：30 Back&Spine Yuna
		18：00～19：00 Basic Maho.F	18：00～19：00 Shape up Waist Natsuho	18：00～19：00 Body Balance Ikumi.S	18：00～19：00 Back&Arm Yuna	
		19：30～20：30 Pilates Cardio Yuna	19：30～20：30 Waist Ikumi.S	19：30～20：30 Pilates Barre Ikumi.S	19：30～20：30 Shape up Waist Natsuho	
		21：00～22：00 Stretch & Conditioning Yuna	21：00～22：00 Hip&Leg Natsuho	21：00～22：00 Basic Maho.F	21：00～22：00 Jump to Burn Yuna	

：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）