

長野店【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 Hip&Leg 🍷 Nanaho	10:30～11:30 Basic 🍷 haruna	10:30～11:30 Waist 🍷 Nanaho	close	10:30～11:30 Stretch & Conditioning 🍷 haruna	10:30～11:30 Basic 🍷 Elena.S	
	12:30～13:30 Basic 🍷 haruna	12:00～13:00 Back&Arm 🍷 Elena.S	12:30～13:30 Basic 🍷 haruna		12:00～13:00 Jump to Burn Nanaho	12:30～13:30 Back&Arm 🍷 Elena.S	
		13:30～14:30 Jump to Burn haruna	14:30～15:30 Hip&Leg 🍷 Nanaho		13:30～14:30 Basic 🍷 Elena.S		
		15:00～16:00 Basic 🍷 Elena.S	16:30～17:30 Back&Arm 🍷 haruna		15:00～16:00 Hip&Leg 🍷 Nanaho		
		17:30～18:30 Stretch & Conditioning 🍷 Elena.S			17:30～18:30 Back&Arm 🍷 Elena.S		
18:00～19:00 Waist 🍷 Nanaho	18:00～19:00 Stretch & Conditioning 🍷 Elena.S					18:00～19:00 Waist 🍷 Nanaho	18:00～19:00 Back&Arm 🍷 haruna
19:30～20:30 Basic 🍷 Elena.S	19:30～20:30 Waist 🍷 haruna					19:30～20:30 Stretch & Conditioning 🍷 haruna	19:30～20:30 Basic 🍷 Elena.S
21:00～22:00 Jump to Burn Nanaho	21:00～22:00 Basic 🍷 Elena.S					21:00～22:00 Hip&Leg 🍷 Nanaho	21:00～22:00 Waist 🍷 haruna

長野店【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 Jump to Burn Nanaho	10:30～11:30 Hip&Leg 🍷 Nanaho	10:30～11:30 Basic 🍷 Elena.S	close	10:30～11:30 Waist 🍷 haruna	10:30～11:30 Hip&Leg 🍷 haruna		10:30～11:30 Back&Arm 🍷 haruna
12:30～13:30 Waist 🍷 Nanaho	12:00～13:00 Basic 🍷 haruna	12:30～13:30 Jump to Burn haruna		12:30～13:30 Stretch & Conditioning 🍷 haruna	12:30～13:30 Basic 🍷 未定		12:30～13:30 Hip&Leg 🍷 haruna
	13:30～14:30 Waist 🍷 Nanaho	14:30～15:30 Stretch & Conditioning 🍷 Elena.S					
	15:00～16:00 Back&Arm 🍷 haruna	16:30～17:30 Basic 🍷 未定					
	17:30～18:30 Basic 🍷 未定						
18:00～19:00 Basic 🍷 未定				18:00～19:00 Jump to Burn Nanaho	18:00～19:00 Hip&Leg 🍷 Nanaho	18:00～19:00 Back&Arm 🍷 Elena.S	18:00～19:00 Stretch & Conditioning 🍷 Elena.S
19:30～20:30 Hip&Leg 🍷 haruna				19:30～20:30 Basic 🍷 未定	19:30～20:30 Back&Arm 🍷 Elena.S	19:30～20:30 Jump to Burn Nanaho	19:30～20:30 Basic 🍷 未定
21:00～22:00 Back&Arm 🍷 Elena.S				21:00～22:00 Hip&Leg 🍷 Nanaho	21:00～22:00 Waist 🍷 Nanaho	21:00～22:00 Basic 🍷 未定	21:00～22:00 Back&Arm 🍷 Elena.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。

長野店【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 Stretch & Conditioning 🍷 haruna	close	close	10:30～11:30 Hip&Leg 🍷 Nanaho	10:30～11:30 Basic 🍷 Elena.S		10:30～11:30 Stretch & Conditioning 🍷 haruna	10:30～11:30 Back&Arm 🍷 Elena.S
12:00～13:00 Back&Arm 🍷 Elena.S			12:30～13:30 Basic 🍷 未定	12:30～13:30 Back&Arm 🍷 Elena.S		12:30～13:30 Basic 🍷 未定	12:00～13:00 Waist 🍷 Nanaho
13:30～14:30 Jump to Burn haruna							13:30～14:30 Basic 🍷 tina.H
15:00～16:00 Basic 🍷 Elena.S							15:00～16:00 Jump to Burn Nanaho
17:30～18:30 Hip&Leg 🍷 haruna							17:30～18:30 Basic 🍷 tina.H
			18:00～19:00 Basic 🍷 tina.H	18:00～19:00 Waist 🍷 Nanaho	18:00～19:00 Basic 🍷 未定	18:00～19:00 Hip&Leg 🍷 Nanaho	
			19:30～20:30 Back&Arm 🍷 haruna	19:30～20:30 Basic 🍷 tina.H	19:30～20:30 Hip&Leg 🍷 haruna	19:30～20:30 Basic 🍷 tina.H	
			21:00～22:00 Basic 🍷 tina.H	21:00～22:00 Jump to Burn Nanaho	21:00～22:00 Back&Arm 🍷 Elena.S	21:00～22:00 Waist 🍷 Nanaho	

長野店【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 Stretch & Conditioning 🍷 Elena.S	close	10:30～11:30 Basic 🍷 tina.H	10:30～11:30 Hip&Leg 🍷 Nanaho		10:30～11:30 Basic 🍷 tina.H	10:30～11:30 Stretch & Conditioning 🍷 Elena.S
12:30～13:30 Basic 🍷 tina.H		12:30～13:30 Hip&Leg 🍷 Nanaho	12:30～13:30 Waist 🍷 Nanaho		12:30～13:30 Back&Arm 🍷 Elena.S	12:00～13:00 Hip&Leg 🍷 Nanaho
14:30～15:30 Back&Arm 🍷 Elena.S						13:30～14:30 Back&Arm 🍷 haruna
16:30～17:30 Basic 🍷 tina.H						15:00～16:00 Basic 🍷 Elena.S
						17:30～18:30 Waist 🍷 Nanaho
		18:00～19:00 Hip&Leg 🍷 haruna	18:00～19:00 Back&Arm 🍷 Elena.S	18:00～19:00 Basic 🍷 tina.H	18:00～19:00 Back&Arm 🍷 haruna	
		19:30～20:30 Jump to Burn Nanaho	19:30～20:30 Basic 🍷 tina.H	19:30～20:30 Waist 🍷 haruna	19:30～20:30 Basic 🍷 Elena.S	
		21:00～22:00 Waist 🍷 haruna	21:00～22:00 Stretch & Conditioning 🍷 Elena.S	21:00～22:00 Basic 🍷 tina.H	21:00～22:00 Hip&Leg 🍷 haruna	

🍷：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）