

なんば店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年5月10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
10:00～11:00 Basic Erina.T	10:30～11:30 Back&Spine Maori	10:00～11:00 Hip Punch Maori	10:30～11:30 Basic Karin.Y	close	10:00～11:00 Back&Arm yun	10:30～11:30 Hip&Leg Karin.Y	10:00～11:00 Back&Spine Maori
11:30～12:30 Back&Spine Maori	12:00～13:00 Reset Flow Maori	11:30～12:30 Release&Strength yun	12:00～13:00 Reset Flow Maori		11:30～12:30 Hip&Leg Karin.Y	12:00～13:00 Advance Maori	11:30～12:30 Basic Erina.T
13:00～14:00 Advance Maori	13:30～14:30 Basic Erina.T	13:00～14:00 Hip&Leg Maori	13:30～14:30 Power up Control yun		13:00～14:00 Pilates Workout yun	13:30～14:30 Waist Karin.Y	13:00～14:00 Hip Punch Maori
14:30～15:30 Basic Erina.T		14:30～15:30 Basic Maho.T	15:00～16:00 Hip&Leg Maori		14:30～15:30 Back&Spine Maori		14:30～15:30 Basic Erina.T
		16:00～17:00 Body Balance yun	16:30～17:30 Shape up Waist AOI		16:00～17:00 Waist Karin.Y		
		17:30～18:30 Pilates Cardio yun	18:00～19:00 Pilates Barre yun		17:30～18:30 Basic Erina.T		
18:00～19:00 Hip&Leg Karin.Y	18:00～19:00 Waist Karin.Y	19:00～20:00 Stretch & Conditioning Maho.T			19:00～20:00 Hip Punch Maori	18:00～19:00 Back&Spine Maori	18:00～19:00 Pilates Workout yun
19:30～20:30 Pilates Cardio yun	19:30～20:30 Hip&Leg Karin.Y					19:30～20:30 Basic Erina.T	19:30～20:30 Waist Karin.Y
21:00～22:00 Waist Karin.Y	21:00～22:00 Basic Erina.T					21:00～22:00 Hip Punch Maori	21:00～22:00 Hip&Leg Karin.Y

なんば店【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 Basic Erina.T	10:00～11:00 Hip&Leg Karin.Y	10:30～11:30 Body Balance yun	close	10:00～11:00 Hip Punch Maori	10:30～11:30 Pilates Barre yun	10:00～11:00 Shape up Waist yun	10:30～11:30 Back&Arm Suzu.K
12:00～13:00 Waist Karin.Y	11:30～12:30 Shape up Waist natsuki.s	12:00～13:00 Basic Erina.T		11:30～12:30 Basic Erina.T	12:00～13:00 Release&Strength yun	11:30～12:30 Hip&Leg Karin.Y	12:00～13:00 Jump to Burn Suzu.K
13:30～14:30 Hip&Leg Karin.Y	13:00～14:00 Basic Karin.Y	13:30～14:30 Pilates Cardio yun		13:00～14:00 Back&Spine Maori	13:30～14:30 Hip&Leg Karin.Y	13:00～14:00 Power up Control yun	13:30～14:30 Basic Erina.T
	14:30～15:30 Hip&Leg Karin.Y	15:00～16:00 Back&Spine Maori		14:30～15:30 Basic Erina.T		14:30～15:30 Waist Karin.Y	
	16:00～17:00 Waist natsuki.s	16:30～17:30 Basic Erina.T					
	17:30～18:30 Power up Control yun	18:00～19:00 Advance Maori					
18:00～19:00 Basic Erina.T	19:00～20:00 Pilates Barre yun			18:00～19:00 Reset Flow Maori	18:00～19:00 Basic Karin.Y	18:00～19:00 Stretch & Conditioning Kaco.F	18:00～19:00 Hip Punch Maori
19:30～20:30 Shape up Waist Suzu.K				19:30～20:30 Hip&Leg Karin.Y	19:30～20:30 Back&Spine Maori	19:30～20:30 Basic yun	19:30～20:30 Reset Flow Maori
21:00～22:00 Jump to Burn Suzu.K				21:00～22:00 Waist Karin.Y	21:00～22:00 Advance Maori	21:00～22:00 Pilates Workout Kaco.F	21:00～22:00 Basic Erina.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。

なんば店【5月17日～24日スケジュール】

2025年5月10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
10:00～11:00 Body Balance maki.U	close	close	10:00～11:00 Basic Erina.T	10:30～11:30 Power up Control yun	10:00～11:00 Hip&Leg Karin.Y	10:30～11:30 Advance Maori	10:00～11:00 Reset Flow Maori
11:30～12:30 Hip&Leg Karin.Y			11:30～12:30 Pilates Cardio maki.U	12:00～13:00 Basic Karin.Y	11:30～12:30 Waist Karin.Y	12:00～13:00 Back&Arm Erina.T	11:30～12:30 Basic Maori
13:00～14:00 Pilates Cardio maki.U			13:00～14:00 Basic Erina.T	13:30～14:30 Body Balance yun	13:00～14:00 Basic Shio.K	13:30～14:30 Back&Spine Maori	13:00～14:00 Power up Control yun
14:30～15:30 Basic Erina.T			14:30～15:30 Pilates Barre maki.U		14:30～15:30 Body Balance yun		14:30～15:30 Back&Arm Erina.T
16:00～17:00 Pilates Barre maki.U							16:00～17:00 Hip Punch Maori
17:30～18:30 Waist Karin.Y							17:30～18:30 Basic Erina.T
19:00～20:00 Basic Erina.T			18:00～19:00 Waist Karin.Y	18:00～19:00 Basic Erina.T	18:00～19:00 Jump to Burn yun	18:00～19:00 Basic Erina.T	19:00～20:00 Body Balance yun
			19:30～20:30 Basic Erina.T	19:30～20:30 Waist Karin.Y	19:30～20:30 Basic 未定	19:30～20:30 Shape up Waist yun	
			21:00～22:00 Hip&Leg Karin.Y	21:00～22:00 Reset Flow Maori	21:00～22:00 Pilates Barre yun	21:00～22:00 Release&Strength yun	

なんば店【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 Basic Karin.Y	close	10:00～11:00 Waist Karin.Y	10:30～11:30 Basic 未定	10:00～11:00 Back&Arm Erina.T	10:30～11:30 Pilates Cardio yun	10:00～11:00 Back&Arm Erina.T
12:00～13:00 Waist Karin.Y		11:30～12:30 Basic Erina.T	12:00～13:00 Pilates Workout Azusa	11:30～12:30 Jump to Burn yun	12:00～13:00 Release&Strength yun	11:30～12:30 Advanc Maori
13:30～14:30 Pilates Barre Azusa		13:00～14:00 Hip&Leg Karin.Y	13:30～14:30 Pilates Barre Azusa	13:00～14:00 Shape up Waist yun	13:30～14:30 Back&Arm Erina.T	13:00～14:00 Basic Erina.T
15:00～16:00 Animal Stretch Karin		14:30～15:30 Back&Arm Erina.T		14:30～15:30 Basic Erina.T		14:30～15:30 Release&Strength yun
16:30～17:30 Shape up Waist AOI						16:00～17:00 Power up Control yun
18:00～19:00 Pilates Workout Azusa						17:30～18:30 Back&Arm Erina
		18:00～19:00 Power up Control yun	18:00～19:00 Waist Karin.Y	18:00～19:00 Basic 未定	18:00～19:00 Waist Karin.Y	19:00～20:00 Back&Spine Maori
		19:30～20:30 Release&Strength yun	19:30～20:30 Basic 未定	19:30～20:30 Hip Punch Karin	19:30～20:30 Hip&Leg Karin.Y	
		21:00～22:00 Basic 未定	21:00～22:00 Hip&Leg Karin.Y	21:00～22:00 Animal Stretch Karin	21:00～22:00 Basic 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）