

アリオ鷺宮店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年5月16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 Body Balance Rinako.M	10:30～11:30 Pilates Barre Haruka.I	10:30～11:30 Back&Arm Rinako.M	close	10:30～11:30 Basic Noah.M	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Haruka.I	
	12:30～13:30 Pilates Barre Haruka.I	12:00～13:00 Release&Strength Rinako.M	12:30～13:30 Basic Noah.M		12:00～13:00 Hip&Leg Rinako.M	12:30～13:30 Basic Noa.m	
		13:30～14:30 Hip&Leg Haruka.I	14:30～15:30 Stretch & Conditioning Haruka.I		13:30～14:30 Basic Noa.m		
		15:00～16:00 Back&Arm Rinako.M	16:30～17:30 Waist Noah.M		15:00～16:00 Body Balance Rinako.M		
		17:30～18:30 Stretch & Conditioning Haruka.I			17:30～18:30 Waist Noah.M		
17:30～18:30 Basic Noah.M	17:30～18:30 Waist Noah.M					17:30～18:30 Pilates Barre Haruka.I	17:30～18:30 Hip&Leg Haruka.I
19:00～20:00 Back&Arm Rinako.M	19:00～20:00 Stretch & Conditioning Haruka.I					19:00～20:00 Waist Noah.M	19:00～20:00 Basic Rinako.M
20:30～21:30 Waist Noah.M	20:30～21:30 Basic Noah.M					20:30～21:30 Basic Noah.M	20:30～21:30 Body Balance Rinako.M

アリオ鷺宮店【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 Pilates Barre Haruka.I	10:30～11:30 Basic Noah.M	10:30～11:30 Hip&Leg Rinako.M	close	close	10:30～11:30 Back&Arm Rinako.M		10:30～11:30 Basic MIO.N
12:30～13:30 Stretch & Conditioning Haruka.I	12:00～13:00 Back&Arm Rinako.M	12:30～13:30 Waist Noah.M			12:30～13:30 Body Balance Rinako.M		12:30～13:30 Stretch & Conditioning Haruka.I
	13:30～14:30 Waist Noah.M	14:30～15:30 Release&Strength Rinako.M					
	15:00～16:00 Hip&Leg Rinako.M	16:30～17:30 Basic Noah.M					
	17:30～18:30 Body Balance Rinako.M						
17:30～18:30 Basic Noah.M					17:30～18:30 Stretch & Conditioning Haruka.I	17:30～18:30 Basic Noah.M	17:30～18:30 Waist Noah.M
19:00～20:00 Waist Noah.M					19:00～20:00 Basic MIO.N	19:00～20:00 Waist Yuina.D	19:00～20:00 Hip&Leg Haruka.I
20:30～21:30 Hip&Leg Haruka.I					20:30～21:30 Hip&Leg Haruka.I	20:30～21:30 Stretch & Conditioning Yuina.D	20:30～21:30 Pilates Barre Haruka.I

：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4回に制限されます。

アリオ鷺宮店【5月17日～5月24日スケジュール】

2025年5月16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 Haruka.I	10:30～11:30 Waist Noah.M	close	10:30～11:30 Back&Arm Rinako.M	10:30～11:30 Waist Noah.M		10:30～11:30 Body Balance Rinako.M	10:30～11:30 Hip&Leg Rinako.M
12:00～13:00 Basic 未定	12:30～13:30 Back&Arm Rinako.M		12:30～13:30 Hip&Leg Haruka.I	12:30～13:30 Pilates Barre Haruka.I		12:30～13:30 Release&Strength Rinako.M	12:00～13:00 Waist Noah.M
13:30～14:30 Pilates Barre Haruka.I	14:30～15:30 Basic Noa.m						13:30～14:30 Stretch & Conditioning Haruka.I
15:00～16:00 Hip&Leg Haruka.I	16:30～17:30 Release&Strength Rinako.M						15:00～16:00 Basic Noah.M
17:30～18:30 Basic MIO.N							17:30～18:30 Pilates Barre Haruka.I
			17:30～18:30 Basic MIO.N	17:30～18:30 Back&Arm Rinako.M	17:30～18:30 Body Balance Rinako.M	17:30～18:30 Basic MIO.N	
			19:00～20:00 Pilates Barre Haruka.I	19:00～20:00 Basic MIO.N	19:00～20:00 Hip&Leg Rinako.M	19:00～20:00 Waist Noah.M	
			20:30～21:30 Waist Noah.M	20:30～21:30 Body Balance Rinako.M	20:30～21:30 Waist Noah.M	20:30～21:30 Basic MIO.N	

アリオ鷺宮店【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 Basic Noah.M	close	10:30～11:30 Pilates Barre Haruka.I	10:30～11:30 Basic MIO.N		10:30～11:30 Basic MIO.N	10:30～11:30 Pilates Barre Haruka.I
12:30～13:30 Stretch & Conditioning Haruka.I		12:30～13:30 Waist Noah.M	12:30～13:30 Hip&Leg Haruka.I		12:30～13:30 Stretch & Conditioning Haruka.I	12:00～13:00 Basic Noah.M
14:30～15:30 Waist Noah.M						13:30～14:30 Release&Strength Rinako.M
16:30～17:30 Pilates Barre Haruka.I						15:00～16:00 Waist Noah.M
						17:30～18:30 Body Balance Rinako.M
		17:30～18:30 Release&Strength Rinako.M	17:30～18:30 Back&Arm Rinako.M	17:30～18:30 Basic MIO.N	17:30～18:30 Release&Strength Rinako.M	
		19:00～20:00 Basic MIO.N	19:00～20:00 Pilates Barre Haruka.I	19:00～20:00 Waist Noah.M	19:00～20:00 Basic Noah.M	
		20:30～21:30 Hip&Leg Rinako.M	20:30～21:30 Body Balance Rinako.M	20:30～21:30 Basic MIO.N	20:30～21:30 Body Balance Rinako.M	

※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）