

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
10:00		Slim waist pilates Isa				隔週 Slim waist pilates Isa	
11:30	隔週 美姿勢 Pilates Isa	美姿勢 Pilates Isa	初級basic pilates Misaki	ポール pilates Isa	美姿勢 Pilates Isa	隔週 Body maintenance pilates Maki	11:10 Relaxation Pilates Aya
13:30	隔週13:00 Power pilates(中級) ★体験1回目 受講不可 Isa	13:00 Relaxation Pilates Aya	13:00 Anti-aging Pilates Aya	Wave ring pilates Takehiko	13:00 Basic マット&リフォーマー pilates Isa		12:30 Anti-aging pilates Aya
15:00	Slim waist&hip pilates Misaki	14:30 Anti-aging Pilates Aya	14:30 Relaxation Pilates Aya	Wave ring hip up pilates Takehiko	美ボディメイク Pilates Okurina		初級Beauty spine pilates Okurina
16:30			初級Beauty spine pilates Okurina	Anti-aging Pilates Aya	初級Beauty spine pilates Okurina		美ボディメイク Pilates Okurina
18:30				18:00 Relaxation Pilates Aya			

*すべて1レッスン60分となります

*レッスンご予約の際は事前にチケット購入をお願いいたします

*グループ週1回コースにお申込みのお客様に関しましては5週目のレッスンもご受講頂けます

*隔週のスケジュールは必ずスケジュールをご確認ください（稀にイレギュラーの日程あり）

【キャンセルポリシー】

プライベートレッスン : 予約日時より24時間以内のキャンセルにつきましては体調や交通事情等、いかなる理由につきましてもキャンセル料はレッスン料金100%を頂戴いたします。

グループレッスン : ペナルティは設けておりませんが他のお客様にご迷惑が掛かりますのでなるべくお早めのキャンセル連絡をくださいますようお願いいたします。