

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
10:00	Basic pilates Miki	Basic pilates yumi	Morning pilates moco	Basic pilates Miki	Total body make pilates inn	初級 Pilates Sonoka	身体スッキリ Pilates Misa
11:30	初級 Pilates Miki	Slim waist pilates yumi	Basic pilates Hitomi	Body make pilates Miki	Relax flow pilates Eri	Basic pilates Sonoka	美Body pilates Misa
13:30				Basic plus pilates Sonoka	Waist shape up Eri		
15:00		美Body pilates Misa	Waist shape up Eri	下半身スッキリ Pilates Sonoka	Basic pilates Nobuyo	Basic pilates Nobuyo	美姿勢 Pilates Okurina
16:30		身体スッキリ pilates Misa				美姿勢 Pilates Okurina	Beauty core pilates Okurina
18:30		Basic plus pilates Sonoka	Relax flow pilates Eri				
20:00		初級 Pilates Sonoka					

\*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

### 【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。