

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
28	29	30	31	1	2	3
				10:30 Beauty silhouette pilates Hiyori	10:30 Arm&back pilates Nanae	
				12:00 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae	
				16:00 basic group Pilates Mao	13:30 Arm&back pilates Nanae	
				17:30 basic group Pilates Mao		
4	5	6	7	8	9	10
10:00 Focus it waist Sayaka	10:30 Arm&back pilates Nanae		10:30 morning stretch Pilates Nana	10:30 Beauty silhouette pilates Hiyori	10:30 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	
12:00 Flexible Pilates Lv.1 Sayaka	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae		12:00 Flow Pilates Nana	12:00 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae	
16:00 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	13:30 Arm&back pilates Nanae		14:00 basic group Pilates Mao		13:30 Arm&back pilates Nanae	
			18:30 Group pilates (Advance) Megumi			
11	12	13	14	15	16	17
	10:30 Arm&back pilates Nanae		10:30 morning stretch Pilates Nana	10:30 Arm&back pilates Nanae	10:30 Arm&back pilates Nanae	
	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae		12:00 Flow Pilates Nana	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae	
16:00 休講 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	13:30 Arm&back pilates Nanae	17:30 basic group Pilates Mao		13:30 Arm&back pilates Nanae	13:30 Arm&back pilates Nanae	
18	19	20	21	22	23	24
	10:30 Arm&back pilates Nanae		10:30 morning stretch Pilates Nana	10:30 Beauty silhouette pilates Hiyori	10:30 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	12:00 basic group Pilates Mao
	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae		12:00 Flow Pilates Nana	12:00 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae	13:30 basic group Pilates Mao
16:00 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	13:30 Arm&back pilates Nanae		13:30 Basic Pilates (beginner) Nanae		13:30 Arm&back pilates Nanae	
	17:30 basic group Pilates Mao					
25	26	27	28	29	30	1
12:00 basic group Pilates Mao	10:30 Arm&back pilates Nanae		10:30 morning stretch Pilates Nana	10:30 Beauty silhouette pilates Hiyori	10:30 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	
13:30 basic group Pilates Mao	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae		12:00 Flow Pilates Nana	12:00 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	12:00 Basic Pilates (beginner) Nanae	
16:00 Beauty silhouette pilates+ Hiyori	13:30 Arm&back pilates Nanae		13:30 Basic Pilates (beginner) Nanae		13:30 Arm&back pilates Nanae	
	18:30 Group pilates (Advance) Megumi					

- \* 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。