

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
10:00		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		11:15 Relaxation Pilates Aya
13:00	【隔週】Power pilates(中級) ★体験1回目 受講不可 Isa	Relaxation Pilates Aya	Anti-aging Pilates Aya	Anti-aging Pilates Aya	Basic マット&リフォーマー pilates Isa	【隔週】Slim waist pilates Isa	
15:00	Slim waist&hip pilates Misaki	14:30 Anti-aging Pilates Aya	14:30 Relaxation Pilates Aya	14:30 Relaxation Pilates Aya	Upper flow pilates Chika	Monthly flow pilates Chika	Lower flow pilates Chika
16:30		17:00 Upper flow pilates Chika	17:00 Lower flow pilates Chika	Basic pilates kaho	Basic pilates kaho		Basic pilates Chika
18:30		Lower flow pilates Chika	Upper flow pilates Chika	Basic pilates kaho	Basic pilates kaho		

*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。