

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
10:00		Basic pilates CHILO		Flow pilates Saena	Style up pilates CHILO		
11:30		Style up pilates CHILO	Basic pilates Aoi	Basic pilates Saena	Basic pilates CHILO	Style up pilates Takehiko	Smaller waist pilates Aoi
13:30		13:00 Basic Pilates Takehiko	姿勢改善 Pilates Aoi	Core pilates Saena	Core pilates Saena	13:00 基礎を 深めるPilates Takehiko	Basic pilates Aoi
15:00			【隔週】 Basic pilates Saena		脂肪燃焼 Pilates Saena		
16:30			【隔週】 Core pilates Saena				
18:30	19:00 Basic pilates CHILO						
20:00							

*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。