

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
10:00		Slim waist pilates Isa	Body maintenance pilates Maki	Basic pilates Maki		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	美Body pilates Misa	Relaxation Pilates Aya
13:30	隔週 13:00 Power pilates (中級) Isa	Relaxation Pilates Aya	Anti-aging Pilates Aya	13:00 美姿勢 Pilates Isa	13:00 Power pilates(中級) Isa	13:00 身体 スッキリPilates Misa	13:00 Anti- aging pilates Aya
15:00	Slim waist&hip pilates Misaki	Anti-aging Pilates Aya	Relaxation Pilates Aya	Core control Pilates Maki	Basic pilates Maki		
16:30	身体スッキリ Pilates Misa	Basic pilates Maki		Anti-aging Pilates Aya	Core control Pilates Maki		
18:30	美Body Pilates Misa	Stretch pilates Maki		Relaxation Pilates Aya	Body maintenance pilates Maki		

*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。