

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
10:00	Basic pilates Mina	Basic pilates yumi	High energy morning pilates moco	姿勢改善 Pilates Aoi	Total body make pilates inn	Hip & Leg pilates Mina	はじめての Pilates Aki
11:30	Hip&Leg pilates Mina	Slim waist pilates yumi	初めての Pilates Mai	Smaller waist pilates Aoi	緩めて引き締める Pilates Anzu		美脚美尻 Pilates Aki
13:30	Power pilates(中級) ★体験レッスンの方は受講不可 Coco	Hip up pilates Takehiko	Core up reformer pilates Anzu	Style up pilates Coco	リフレッシュ Pilates Asu		Style up pilates Coco
15:00	Hip up pilates Takehiko	はじめての Pilates Takehiko	丁寧な基礎 Pilates KIKI	Arm・Back pilates Mina	Basic pilates Mina		14:30 Relaxation pilates Takehiko
16:30	Hip up pilates Takehiko	Hip up pilates Takehiko	Shape up waist pilates Mina	はじめての Pilates Aki	Arm・Back pilates Mina		
18:30	Relaxation pilates Takehiko	Relaxation pilates Takehiko	18:00 Hip&Leg pilates Mina	Power pilates(中級) ★体験レッスンの方は受講不可 Coco	wave ring pilates Takehiko		
20:00	Relaxation pilates Takehiko	Relaxation pilates Takehiko			Relaxation pilates Takehiko		

*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。