

【1月前半スケジュール】 グループマシンピラティス

1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)
年末年始休業	10:00-10:45 Refresh 中村	15:30-16:15 Upper body make 中村	13:00-13:45 Basic 伊藤	12:30-13:15 Basic 伊藤		
	16:00-16:45 Lower body make 中村				18:00~18:45 Shape up core 中村	
8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)
14:00-14:45 Basic 伊藤	休館日		13:00-13:45 Lower body make 中村	11:30~12:15 Upper body make 中村		11:30-12:15 Basic 伊藤
						12:30-13:15 Refresh 伊藤

【グループマシンピラティスにご参加の皆様へ】

- レッスン前のお食事は、2時間程お時間を空けていただくことをお勧めいたします。
- レッスン受講の際は靴下の着用が必須です。滑り止めソックスをご用意いただくことをお勧めいたします。
- 体調に不安のある方は、事前にスタッフへご相談ください。
- 受講料のお支払は、クレジットカードまたはPayPayのみご利用いただけます。
- 2週間前の00時よりご予約が可能です。レッスン開始時刻1時間前までにご予約をお済ませください。
- レッスン開始10分前より入場を開始いたします。時間を過ぎてからの入場はできませんので予めご了承ください。

【回数券の有効期限延長について】

この度、運営上の都合によりレッスン枠を制限させていただいております。

ご利用されている皆様にご不便をおかけしておりますことを深くお詫び申し上げます。

制限に伴い、12・1月に回数券をご購入いただいたお客様におかれましては、回数消化が難しくなることが予想されるため、有効期限を従来の期限より1ヶ月延長させていただきます。何卒ご理解とご協力のほどよろしくお願ひ申し上げます。



【1月後半スケジュール】 グループマシンピラティス

16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)
休館日		15:30-16:15 Refresh 中村	13:00-13:45 Basic 伊藤	10:00-10:45 Basic 伊藤	18:00-18:45 Upper body make 中村	11:00-11:45 Basic 伊藤	休館日
24日(土)	25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
	15:30-16:15 Shape up core 中村	13:00-13:45 Refresh 伊藤	11:30-12:15 Basic 伊藤		16:00-16:45 Refresh 伊藤	休館日	12:00-12:45 Lower body make 中村

【グループマシンピラティスにご参加の皆様へ】

- レッスン前のお食事は、2時間程お時間を空けていただくことをお勧めいたします。
- レッスン受講の際は靴下の着用が必須です。滑り止めソックスをご用意いただくことをお勧めいたします。
- 体調に不安のある方は、事前にスタッフへご相談ください。
- 受講料のお支払は、クレジットカードまたはPayPayのみご利用いただけます。
- 2週間前の00時よりご予約が可能です。レッスン開始時刻1時間前までにご予約をお済ませください。
- レッスン開始10分前より入場を開始いたします。時間を過ぎてからの入場はできませんので予めご了承ください。

【回数券の有効期限延長について】

この度、運営上の都合によりレッスン枠を制限させていただいております。
ご利用されている皆様にご不便をおかけしておりますことを深くお詫び申し上げます。
制限に伴い、12・1月に回数券をご購入いただいたお客様におかれましては、回数消化が難しくなることが予想されるため、
有効期限を従来の期限より1ヶ月延長させていただきます。何卒ご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

