

4月 Pilates Studio excel 名古屋駅店 月間スケジュール

	1(Tue)	2(Wed)	3(Thu)	4(Fri)	5(Sat)	6(Sun)		7(Mon)	8(Tue)	9(Wed)	10(Thu)	11(Fri)	12(Sat)	13(Sun)
9:00					9:00~10:00 Stretch&Conditioning yui ★★☆	9:00~10:00 Body Balance arisa ★★☆		9:00					9:00~10:00 Intermediate kanako ★★☆	9:00~10:00 Jump Cardio arisa ★★★
10:00	10:00~11:00 Back&Arm arisa ★★☆	10:00~11:00 Hip&Legs yui ★★☆	10:00~11:00 Animal Stretch haruka ★★☆	10:00~11:00 Waist yui ★★☆				10:00	10:00~11:00 Intermediate ayana ★★☆	10:00~11:00 Basic ayana ★★☆	10:00~11:00 Intermediate kanako ★★☆	10:00~11:00 Basic minika ★★☆		
11:00					11:00~12:00 Hip&Legs yui ★★☆	11:00~12:00 Back&Arm arisa ★★☆		11:00					11:00~12:00 Back&Arm kanako ★★☆	11:00~12:00 Back&Arm yui ★★☆
12:00	12:00~13:00 Stretch&Conditioning arisa ★★☆	12:00~13:00 Waist yui ★★☆	12:00~13:00 Body Balance haruka ★★☆	12:00~13:00 Back&Arm yui ★★☆				12:00	12:00~13:00 Basic ayana ★★☆	12:00~13:00 Intermediate ayana ★★☆	12:00~13:00 Back&Arm kanako ★★☆	12:00~13:00 Intermediate minika ★★☆		
13:00					13:00~14:00 Basic ayana ★★☆	13:00~14:00 Pilates Workout arisa ★★★		13:00					13:00~14:00 Intermediate ayana ★★☆	13:00~14:00 Waist yui ★★☆
14:00	14:00~15:00 Pilates Workout arisa ★★★		14:00~15:00 Basic haruka ★★☆					14:00	14:00~15:00 Back&Arm kanako ★★☆		14:00~15:00 Basic kanako ★★☆			
15:00	closed				15:00~16:00 Back&Arm yui ★★☆	15:00~16:00 Intermediate ayana ★★☆		15:00	closed				15:00~16:00 Hip & Legs yui ★★☆	15:00~16:00 Basic ayana ★★☆
16:00								16:00						
17:00					17:00~18:00 Intermediate ayana ★★☆	17:00~18:00 Basic ayana ★★☆		17:00					17:00~18:00 Back&Arm yui ★★☆	17:00~18:00 Intermediate ayana ★★☆
18:00	18:00~19:00 Animal Stretch haruka ★★☆	18:00~19:00 Waist T.yuka ★★☆	18:00~19:00 Back&Arm T.yuka ★★☆	18:00~19:00 Intermediate minika ★★☆				18:00	18:00~19:00 Back&Arm kanako ★★☆	18:00~19:00 Body Balance haruka ★★☆	18:00~19:00 Intermediate haruka ★★☆	18:00~19:00 Animal Stretch haruka ★★☆		
19:00								19:00						
20:00	19:30~20:30 Intermediate haruka ★★☆	19:30~20:30 Back&Arm T.yuka ★★☆	19:30~20:30 Body Balance T.yuka ★★☆	19:30~20:30 Basic ayana ★★☆				20:00	19:30~20:30 Animal Strech haruka ★★☆	19:30~20:30 Intermediate minika ★★☆	19:30~20:30 Body Balance haruka ★★☆	19:30~20:30 Intermediate haruka ★★☆		
21:00	21:00~22:00 Body Balance haruka ★★☆	21:00~22:00 Core Flow T.yuka ★★☆	21:00~22:00 Waist T.yuka ★★☆	21:00~22:00 Intermediate ayana ★★☆				21:00	21:00~22:00 Intermediate haruka ★★☆	21:00~22:00 Animal Stretch haruka ★★☆	21:00~22:00 Intermediate haruka ★★☆	21:00~22:00 Body Balance haruka ★★☆		

	14(Mon)	15(Tue)	16(Wed)	17(Thu)	18(Fri)	19(Sat)	20(Sun)		21(Mon)	22(Tue)	23(Wed)	24(Thu)	25(Fri)	26(Sat)	27(Sun)		28(Mon)	29(Tue)	30(Wed)
9:00						9:00~10:00 Pilates Ballet rina ★★☆	9:00~10:00 Intermediate ayana ★★☆		9:00					9:00~10:00 Intermediate kanako ★★☆	9:00~10:00 Body Balance T.yuka ★★☆		9:00	9:00~10:00 Intermediate ayana ★★☆	
10:00		10:00~11:00 Animal Strech hauka ★★☆	10:00~11:00 Intermediate ayana ★★☆	10:00~11:00 Waist momoko ★★☆	10:00~11:00 Back&Arm momoko ★★☆				10:00	10:00~11:00 Body Balance haruka ★★☆	10:00~11:00 Basic minika ★★☆	10:00~11:00 Intermediate minika ★★☆	10:00~11:00 Back&Arm kanako ★★☆						10:00~11:00 Back&Arm T.yuka ★★☆
11:00						11:00~12:00 Core Flow rina ★★☆	11:00~12:00 Animal Strech kyoka ★★☆		11:00					11:00~12:00 Back&Arm kanako ★★☆	11:00~12:00 Back&Arm T.yuka ★★☆		11:00	11:00~12:00 Basic ayana ★★☆	
12:00		12:00~13:00 Body Balance haruka ★★☆	12:00~13:00 Basic ayana ★★☆	12:00~13:00 Back&Arm momoko ★★☆	12:00~13:00 Waist momoko ★★☆				12:00	12:00~13:00 Animal Strech haruka ★★☆	12:00~13:00 Intermediate minika ★★☆	12:00~13:00 Basic minika ★★☆	12:00~13:00 Intermediate kanako ★★☆						12:00~13:00 Waist T.yuka ★★☆
13:00						13:00~14:00 Advance rina ★★★			13:00					13:00~14:00 Intermediate ayana ★★☆	13:00~14:00 Pilates Ballet rina ★★☆		13:00	13:00~14:00 Body Balance hauka ★★☆	
14:00		14:00~15:00 Basic haruka ★★☆		14:00~15:00 Hip&Legs yui ★★☆					14:00	14:00~15:00 Basic haruka ★★☆		14:00~15:00 Back&Arm kanako ★★☆					14:00		
15:00	closed					15:00~16:00 Basic ayana ★★☆	15:00~16:00 Jump Cardio kyoka ★★★		15:00	closed				15:00~16:00 Basic ayana ★★☆	15:00~16:00 Advance rina ★★★		15:00	closed	15:00~16:00 Animal Strech hauka ★★☆
16:00									16:00								16:00		
17:00						17:00~18:00 Intermediate ayana ★★☆	17:00~18:00 Hip&Legs kyoka ★★☆		17:00					17:00~18:00 Stretch&Conditioning yui ★★☆	17:00~18:00 Intermediate ayana ★★☆		17:00	17:00~18:00 Jump Cardio arisa ★★★	
18:00		18:00~19:00 Intermediate minika ★★☆	18:00~19:00 Intermediate minika ★★☆	18:00~19:00 Stretch&Conditioning yui ★★☆	18:00~19:00 Back&Arm T.yuka ★★☆				18:00	18:00~19:00 Pilates Workout arisa ★★★	18:00~19:00 Intermediate kanako ★★☆	18:00~19:00 Basic kanako ★★☆	18:00~19:00 Core Flow T.yuka ★★☆				18:00		18:00~19:00 Intermediate ayana ★★☆
19:00									19:00								19:00		
20:00		19:30~20:30 Basic minika ★★☆	19:30~20:30 Waist momoko ★★☆	19:30~20:30 Intermediate ayana ★★☆	19:30~20:30 Core Flow T.yuka ★★☆				20:00	19:30~20:30 Intermediate kanako ★★☆	19:30~20:30 Back&Arm kanako ★★☆	19:30~20:30 Waist T.yuka ★★☆	19:30~20:30 Back&Arm T.yuka ★★☆				20:00		19:30~20:30 Basic haruka ★★☆
21:00		21:00~22:00 Intermediate minika ★★☆	21:00~22:00 Back&Arm momoko ★★☆	21:00~22:00 Basic ayana ★★☆	21:00~22:00 Waist T.yuka ★★☆				21:00	21:00~22:00 Back&Arm kanako ★★☆	21:00~22:00 Intermediate kanako ★★☆	21:00~22:00 Animal Strech T.yuka ★★☆	21:00~22:00 Intermediate minika ★★☆				21:00		21:00~22:00 Body Balance hauka ★★☆

【予約受付】

- ご予約はレッスン開始15分前までにWEB又はTELでご利用いただけます。
- WEB:www.pilates-excel.com 24時間ご利用可
- * レッスン予約は3件まで可能です。
- * レッスンが満席の場合、キャンセル待ち登録が可能です。
- レッスンを空きが出た場合、キャンセル待ち登録をした方へお知らせメールが届きますので、改めて、本予約をお願いします。
- * 所属店舗以外のレッスン予約も可能です。
- TEL: 052-485-7800 (平日9:30~22:30、土日祝8:30~18:30)

【キャンセル・変更 受付】

- ご予約のキャンセル・変更はレッスン開始の1時間前までにTELまたはWEBでお願い致します。
- ご連絡がない、またはレッスン開始1時間前を過ぎてのご連絡は「無断キャンセル」とさせていただきます。
- 1か月に3回の無断キャンセルをされた場合、その後5日間予約停止とさせていただきます。
- 無断キャンセルされた場合、1回分の消化となりますのでご了承ください。
- * 特にマンスリー4会員の方は1回分が自動的に消化されてしまいますので、ご注意ください。
- 朝一レッスンをお電話でキャンセルされる場合は、前日の営業時間までをお願い致します。

【レッスンについて】

- レッスン開始5分前までに受付を済ませてください。
- レッスン開始後のご入室はお断りさせていただきます。
- スタジオ内へはお水とタオルをお持ち込みください。
- スタジオ内での大声での会話はお慎みください。
- レッスンの途中退回は基本できません。
- 但し、気分や体調が悪くなった場合インストラクターに申し出て退出することができます。
- 病気や交通事情、その他によりインストラクターが変更になる場合がございます。
- WEBのINFORMATIONまたは店内掲示でお知らせ致します。