

2024年 12月

日	月	火	水	木	金	土
1 10:00 体幹ピラティス NATSUKI 11:30 FUN NOBU 13:00 低空ティシュー RIKAKO 14:30 ストレッチーズ RIKAKO	2 10:00 AY体験 MAYUMI 11:30 ストレッチポール MAYUMI 19:00 美フェイシャルヨガ KAYOKO 20:30 リストラティブヨガ KAYOKO	3 10:00 美尻 バランスボール TOMOMI 11:30 ハタヨガBASIC NOBU 13:00 FUN NOBU 19:30 ザ・スロー YUKIKO 21:00 Sfit体験 YUKIKO	4 10:00 FA MAYUMI 11:30 整うピラティス MAYUMI Closed Closed 19:30 FA NOBU 21:00 Cardio Exercise バランスボール MARIKO	5 Closed	6 10:00 バレトン ASUMI 11:30 美脚塾 ASUMI 19:30 AY体験 YUKIKO 21:00 FUN YUKIKO	7 10:00 FA NOBU 11:30 AB体験 MISATO 13:00 CHILL&RELAX MISATO 19:00 骨盤調整ヨガ KAYOKO 20:30 アロマリラクソヨガ KAYOKO
8 JOINTZUMBA rico&ONISHI 11:30 ストレッチーズ RIKAKO 13:00 低空ティシュー RIKAKO 19:00 AY体験 YUKIKO 20:30 FUN YUKIKO	9 10:00 美尻 バランスボール TOMOMI 11:30 FA NOBU 13:00 CHILL&RELAX NOBU 19:00 AG Pilates体験 MAYUMI 20:30 かんたんステップ MAYUMI	10 10:00 AY体験 MAMINA 11:30 REST60 MAMINA 19:30 FUN YUKIKO 21:00 FA YUKIKO	11 10:00 AG Pilates体験 MAYUMI 11:30 FUN MAYUMI 19:00 Body Change ピラティス KAYOKO 20:30 リストラティブヨガ KAYOKO	12 Closed	13 10:00 FA MISATO 11:30 Sfit体験 MISATO 19:30 FA YUKIKO 21:00 AY体験 YUKIKO	14 10:00 はじめてエアロ ASUMI 11:30 ザ・スロー ASUMI 19:00 ハタヨガBASIC NOBU 20:30 FUN NOBU
15 10:00 FA MISATO 11:30 AB体験 MISATO 13:00 美姿勢ピラティス ASUMI 14:30 美脚塾 ASUMI	16 Closed	17 10:00 FUN MAMINA 11:30 REST60 MAMINA 19:30 AY体験 YUKIKO 21:00 ザ・スロー YUKIKO	18 10:00 AY体験 MAYUMI 11:30 かんたんステップ MAYUMI 19:30 FA NOBU 21:00 FUN NOBU	19 10:00 美尻 バランスボール TOMOMI 11:30 ハタヨガBASIC NOBU 13:00 CHILL&RELAX NOBU 19:00 骨盤調整ヨガ KAYOKO 20:30 リストラティブヨガ KAYOKO	20 10:00 美脚塾 ASUMI 11:30 美姿勢ピラティス ASUMI 19:00 整うピラティス MAYUMI 20:30 AG Pilates体験 MAYUMI	21 10:00 AB体験 MISATO 11:30 FUN MISATO 19:00 FA YUKIKO 20:30 Sfit体験 YUKIKO
22 10:00 体幹ピラティス NATSUKI 11:30 バレトン ASUMI 13:00 ザ・スロー ASUMI 14:30 FA NOBU	23 12/23 Christmas Special Lesson 10:00~11:00TOMOMI 11:30~12:30MAYUMI 19:00~20:30KAYOKO	24 12/24 Christmas Special Lesson 10:00~11:00ASUMI 11:30~12:30ASUMI 19:00~20:30NOBU	25 Closed	26 10:00 Body Change ピラティス KAYOKO 11:30 アロマリラクソヨガ KAYOKO 19:00 FUN MAYUMI 20:30 ストレッチポール MAYUMI	27 10:00 AB体験 MISATO 11:30 FUN MISATO 13:00 CHILL&RELAX MISATO 19:30 Sfit体験 YUKIKO 21:00 FA YUKIKO	28 10:00 美姿勢ピラティス ASUMI 11:30 美脚塾 ASUMI 19:00 低空ティシュー RIKAKO 20:30 低空ティシュー RIKAKO
29 10:00 FUN YUKIKO 11:30 AY体験 YUKIKO 13:00 骨盤調整ヨガ KAYOKO 14:30 リストラティブヨガ KAYOKO	30 10:00 整うピラティス MAYUMI 11:30 AG Pilates体験 MAYUMI 13:00 ハタヨガBASIC NOBU 14:30 FUN NOBU	31 Closed	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>Renewal/ Body Changeピラティス 定員8名 KAYOKO 身体と精神のコントロールをしながら 正確に身体を動かす。リハビリ系ピラティス♡ 身体を整えましょう!!</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>12/23.24 Christmas Special Lesson 2日間のスペシャルレッスン!! 楽しい時間を一緒に♡♡♡ 詳細は公式LINE、店内のお知らせにて。 ご予約は、レゼルバよりお待ちしております。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>rico&ONISHI JOINT Christmas Special ZUMBA60 12/8(日)10:00~11:00 ※定員13名※会員様無料/非会員様1200円 ※室内用の靴をご持参ください。</p> </div>			



当日のキャンセル(無断キャンセルを含む)をひと月に2回されますと翌月のご予約枠が1つ凍結されます。*天災・事故は含まれません。
フルマンズリー会員3枠→2枠、プチマンズリー会員2枠→1枠、プチプチマンズリー会員2枠→1枠、フロアマンズリー会員2枠→1枠、回数券会員は1回分の回数消化となります。

Studio.COM

公式LINEは

こちらから

LINE

