Calm 2026年 12月

○トライアル受付可※　●トライアル受付不可
※定員制のため予約状況によってはご希望に添えない場合もございます

01 火	○10:15-11:15	PHI ピラティス･期間限定／木村
	○19:00-20:00	PHI ピラティス･レギュラー／谷田
02 水	○10:30-11:30	PHI ピラティス･フロー／岡村
	○18:30-19:30	PHI ピラティス･期間限定／嘉藤
03 木	○11:00-12:00	PHI ピラティス･レギュラー／木村
	●20:00-21:00	PHI ピラティス･プライマリー／木村
04 金	○11:00-12:00	PHI ピラティス･プライマリー／大矢
	○18:30-19:30	PHI ピラティス･フロー／谷田
05 土	○11:00-12:00	PHI ピラティス･期間限定／岡村
	○13:30-14:30	PHI ピラティス･レギュラー／嘉藤
06 日	○10:30-11:30	PHI ピラティス･レギュラー／嘉藤
	.	
07 月	○10:30-11:30	PHI ピラティス･フロー／岡村
	.	
08 火	○10:15-11:15	PHI ピラティス･プライマリー／木村
	○19:00-20:00	PHI ピラティス･期間限定／谷田
09 水	○10:30-11:30	PHI ピラティス･レギュラー／岡村
	○18:30-19:30	PHI ピラティス･レギュラー／嘉藤
10 木	○11:00-12:00	PHI ピラティス･期間限定／木村
	●20:00-21:00	PHI ピラティス･フロー／木村
11 金	○11:00-12:00	PHI ピラティス･レギュラー／大矢
	○18:30-19:30	PHI ピラティス･プライマリー／谷田
12 土	次月スケジュール予約受付開始	
	○11:00-12:00	PHI ピラティス･フロー／岡村
	.	
13 日	○10:30-11:30	PHI ピラティス･期間限定／岡村
	○12:00-13:00	PHI ピラティス･プライマリー／岡村
14 月	○10:30-11:30	PHI ピラティス･レギュラー／岡村
	.	
15 火	休館日	
16 水	○10:30-11:30	PHI ピラティス･プライマリー／岡村
	○18:30-19:30	PHI ピラティス･プライマリー／嘉藤
17 木	○11:00-12:00	PHI ピラティス･フロー／木村
	●20:00-21:00	PHI ピラティス･レギュラー／木村
18 金	○11:00-12:00	PHI ピラティス･期間限定／大矢
	○18:30-19:30	PHI ピラティス･期間限定／谷田
19 土	○11:00-12:00	PHI ピラティス･レギュラー／岡村
	.	
20 日	○10:30-11:30	PHI ピラティス･プライマリー／大矢
	○12:00-13:00	PHI ピラティス･期間限定／大矢
21 月	○10:30-11:30	PHI ピラティス･プライマリー／岡村
	.	
22 火	○10:15-11:15	PHI ピラティス･フロー／木村
	○19:00-20:00	PHI ピラティス･プライマリー／谷田
23 水	○10:30-11:30	PHI ピラティス･期間限定／岡村
	○18:30-19:30	PHI ピラティス･レギュラー／嘉藤
24 木	○11:00-12:00	PHI ピラティス･プライマリー／木村
	●20:00-21:00	PHI ピラティス･期間限定／木村
25 金	○11:00-12:00	PHI ピラティス･レギュラー／大矢
	○18:30-19:30	PHI ピラティス･レギュラー／谷田
26 土	○11:00-12:00	PHI ピラティス･プライマリー／岡村
	.	
27 日	○10:30-11:30	PHI ピラティス･レギュラー／大矢
	.	
28 月	○10:30-11:30	PHI ピラティス･期間限定／岡村
	.	
29 火	○10:30-11:30	PHI ピラティス･レギュラー／木村
	.	
30 水	冬期施設点検日	
31 木	冬期施設点検日	

12-1月 期間限定

膝を守り隊

