



CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

STUDIO SCHEDULE

原宿アネックス東京 2026/2月~



	月(MON)			火(TUE)			水(WED)			木(THU)			金(FRI)			土(SAT)			日(SUN)						
	常識スタジオ	通常スタジオ	サイクル	常識スタジオ	通常スタジオ	サイクル	常識スタジオ	通常スタジオ	サイクル	常識スタジオ	通常スタジオ	サイクル	常識スタジオ	通常スタジオ	サイクル	常識スタジオ	通常スタジオ	サイクル	常識スタジオ	通常スタジオ	サイクル				
	6:30 OPEN(第2週曜日は休館日)			6:00 OPEN			6:00 OPEN			6:00 OPEN			6:00 OPEN			6:00 OPEN			7:00 OPEN						
7:00	WOMEN ONLY 【有料】			WOMEN ONLY WEB予約可			WOMEN ONLY WEB予約可			WOMEN ONLY WEB予約可			WOMEN ONLY 【フリー利用】マシンピラティス 7:15-9:45			WOMEN ONLY 【フリー利用】マシンピラティス 7:15-9:45			WOMEN ONLY 【フリー利用】マシンピラティス 7:15-9:45			7:00			
8:00	朝ヨガ 7:15-8:15 長谷川たかはる			ヒートパン シェイプ 7:15-8:00 MARI			1650円(税込)			【フリー利用】マシンピラティス 7:15-9:45			7:30以降入場不可 途中退場可			朝ヨガ 7:15-8:15 mico			朝ヨガ 7:15-8:15 荒木 ひとみ			8:00			
9:00	ピックルボール 9:00-10:00			【フリー利用】マシンピラティス 9:15-9:30			ピックルボール 9:00-10:00			ヨガ 9:00-10:00 金守 啓美			【有料】マシンピラティス 9:00-10:00 Kazusa			ピックルボール 9:00-10:00			【有料】マシンピラティス 7:30-8:30 神田 普吾			9:00			
10:00	歌と踊りでフィットネス 10:00-10:30			歌と踊りでフィットネス 10:00-10:30			ヨガ 10:15-11:15 KUNA			シェイアップ TAKARA レーニング 10:00-11:00 TAKARA			【有料】マシンピラティス 10:15-11:15 清水 杏菜 定員20名			【有料】マシンピラティス 10:15-10:45			ヨガ 9:30-10:30 荒木 ひとみ			10:00			
11:00	機能改善ストレッチ 10:30-11:00 東原トレーナー			【フリー利用】マシンピラティス 10:45-11:30			美尻 トレーニング 11:00-12:00 ヨシ			【フリー利用】マシンピラティス 10:45-11:30			ヨガ 11:15-12:15 SHIORI			コンディショニング ピラティス 11:30-12:30 Tomoko			【フリー利用】マシンピラティス 10:30-11:30 峰本 春奈			11:00			
12:00	ワインヤヨガ 11:15-12:15 SHIORI			【フリー利用】マシンピラティス 12:00-13:00 Takemasa			【フリー利用】マシンピラティス 10:45-14:45			【フリー利用】マシンピラティス 12:00-13:00 SHIORI			【フリー利用】マシンピラティス 12:00-13:00 Tomoko			【フリー利用】マシンピラティス 12:00-13:00 Shuno			【フリー利用】マシンピラティス 12:00-13:15			12:00			
13:00	ボディワーク 12:30-13:30 シエカ			【フリー利用】マシンピラティス 13:15-14:45			【フリー利用】マシンピラティス 12:30-13:45 金子 麗子			【フリー利用】マシンピラティス 13:15-14:45			【フリー利用】マシンピラティス 13:30-14:30 齐田 美穂			【フリー利用】マシンピラティス 13:30-14:30 南 航乃佳 定員20名			【フリー利用】マシンピラティス 12:45-13:45 Shuno			13:00			
14:00	ヤムナ ボディローリング 13:45-14:45 清水 杏菜 定員20名			PelBeautics ベルビューティクス perfectdetox 14:00-15:00 齐田 美穂			【フリー利用】マシンピラティス 13:15-14:45			【フリー利用】マシンピラティス 14:00-15:00 南 航乃佳 定員20名			【フリー利用】マシンピラティス 14:00-15:00 Shuno			【フリー利用】マシンピラティス 14:00-15:00 PelBeautics ベルビューティクス perfectdetox 齐田 美穂			【フリー利用】マシンピラティス 14:00-15:00 高橋 里枝			14:00			
15:00	ピックルボール 15:30-16:00			【フリー利用】マシンピラティス 15:00-15:30			【フリー利用】マシンピラティス 15:00-16:30 神田 普吾			【フリー利用】マシンピラティス 15:00-16:45			【フリー利用】マシンピラティス 15:00-16:30			【フリー利用】マシンピラティス 15:00-15:30			【フリー利用】マシンピラティス 15:00-15:30			15:00			
16:00	ピックルボール 15:30-16:00			【フリー利用】マシンピラティス 15:30-16:30 神田 普吾			【フリー利用】マシンピラティス 15:30-16:30			【フリー利用】マシンピラティス 15:30-16:30			【フリー利用】マシンピラティス 15:30-16:30			【フリー利用】マシンピラティス 15:30-16:30			【フリー利用】マシンピラティス 15:30-16:30			16:00			
17:00	ピックルボール 17:00-18:00			【フリー利用】マシンピラティス 16:45-17:45 神田 普吾			【フリー利用】マシンピラティス 17:00-17:30			【フリー利用】マシンピラティス 17:45-18:30			【フリー利用】マシンピラティス 17:45-18:30			【フリー利用】マシンピラティス 17:45-18:30			【フリー利用】マシンピラティス 17:45-18:30			17:00			
18:00	【フリー利用】マシンピラティス 18:00-18:30			ワインヤサ ヨガ 19:00-20:00 Rika			【フリー利用】マシンピラティス 18:45-20:00 nemu			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-19:45 ACHA			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-19:45 MARI			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-19:45 Yoshida			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-19:45 JAZZ FUNK 19:00-20:00 早記			【フリー利用】マシンピラティス 18:30-19:30 荒木 ひとみ			18:00
19:00	ボディケア ストレッチ (withスリーブボール) 19:00-20:00 Kazusa			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-20:00 Rika			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-20:00 nemu			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-19:45 ACHA			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-19:45 MARI			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-19:45 Yoshida			【フリー利用】マシンピラティス 19:00-19:45 JAZZ FUNK 19:00-20:00 早記			【フリー利用】マシンピラティス 18:30-19:30 荒木 ひとみ			19:00
20:00	WAACK & FreeStyle 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			20:00
21:00	レギュラー 20:15-20:45 ACHA			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			【フリー利用】マシンピラティス 20:15-21:15 AYUMI			21:00
22:00	【フリー利用】マシンピラティス 21:45-22:45			【フリー利用】																					