

クラス名変更のお知らせ

Change in Class Titles

2020年2月1日より、BDC PILATESでのクラス名を一部変更致します。
2月1日以降のクラスをご予約される際には、下記の通りクラス名が表示されますので、予めご注意ください。

BDC PILATES will be changing the titles of some of the classes starting February 1, 2020. Please be aware that the new titles will be shown when you book your classes for February.

旧名称 Former Title		新名称 New Title	難易度 Difficulty
Beginner Reformer	→	Reformer	☆
Maintenance	→	Focus (Pain Relief)	☆
Reformer	→	Reformer Advance	☆☆
Reformer (English)	→	Reformer Advance (English)	☆☆
Basic Flow	→	Flow I	☆☆
Core & Stretch			☆☆
Core Jump			☆☆
Focus	→	Focus (Waist) Focus (Hip & Legs) Focus (Back & Arms)	☆☆
Reformer Advance	→	Reformer Technical	☆☆☆
Reformer Combination			☆☆☆
Flow	→	Flow II	☆☆☆

☆ 初級 ☆☆ 中級 ☆☆☆ 中上級