

BDC PILATES 表参道 新 A Studio 2月体験会スケジュール

BDC PILATESが初めての方はこの体験会へご参加ください。
ピラティスとは何か？ピラティスマシン リフォーマー の使い方・効用を説明した後、
実際にエクササイズを行なっていきます。

※グループレッスン体験料：3,850円(税込)

表参道 A Studioは3月1日に移転します。

1-2月の期間に限り、①A Studio・②新 A Studio・③B Studioが
ございますのでご予約のスタジオにご注意ください。

- ①A Studio : 港区南青山5-6-24南青山ステラハウス5F
- ②新 A Studio : 港区南青山5-7-17青山小原ビル8F
- ③B Studio : 渋谷区神宮前4-9-1神宮前AKビル201

1-2月の体験会は ②新 A Studioにて開講します。

【 2月 表参道店 体験会スケジュール 新 A Studio 】

| | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun |
|------|-------------------------|----------------|-----------------|------|-------|----------------|-------|
| Date | 1/30 | 1/31 | 2/1 | 2/2 | 2/3 | 2/4 | 2/5 |
| Time | 10:00 16:00 18:00 | 10:00 12:00 | | | 11:00 | | |
| Date | 2/6 | 2/7 | 2/8 | 2/9 | 2/10 | 2/11 | 2/12 |
| Time | 16:00 | | | | | 14:00 16:00 | |
| Date | 2/13 | 2/14 | 2/15 | 2/16 | 2/17 | 2/18 | 2/19 |
| Time | 16:00 18:00 | | | | | | |
| Date | 2/20 | 2/21 | 2/22 | 2/23 | 2/24 | 2/25 | 2/26 |
| Time | 18:00 | | | | 16:00 | 14:00 16:00 | 15:00 |
| Date | 2/27 | 2/28 | 3/1 | 3/2 | 3/3 | 3/4 | 3/5 |
| Time | 10:00 18:00 | 10:00 12:00 | RENEWAL OPEN | | | | |

レッスンは55分です

BDC PILATES

BEAUTILITY & WELLNESS