

| 店舗情報 | | |
|-------|---------------|------------|
| ■営業時間 | 月～木曜日 | 9:30～23:30 |
| | 土曜日 | 9:30～21:00 |
| | 日曜日・祝日 | 9:30～19:00 |
| ■休館日 | 毎週金曜日、夏期、年末年始 | |

| WOMAN'S STUDIO ACTY Base | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|-------------------------------|--|------|--|------|--|------|--|------|---|------|--|
| 時間 | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 土曜日 | | 日曜日 | |
| | スタジオ | WOMAN'S STUDIO ACTY Base ACTYスタジオ ホットスタジオ | スタジオ | WOMAN'S STUDIO ACTY Base ACTYスタジオ ホットスタジオ | スタジオ | WOMAN'S STUDIO ACTY Base ACTYスタジオ ホットスタジオ | スタジオ | WOMAN'S STUDIO ACTY Base ACTYスタジオ ホットスタジオ | スタジオ | WOMAN'S STUDIO ACTY Base ACTYスタジオ ホットスタジオ | スタジオ | WOMAN'S STUDIO ACTY Base ACTYスタジオ ホットスタジオ |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | |
| 7:30 | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | | | |
| 8:30 | | はレッスン消化対象外です | | はレッスン消化対象外です | | はレッスン消化対象外です | | はレッスン消化対象外です | | | | はレッスン消化対象外です |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | |
| 9:30 | ACTY Base会員様 チェックイン開始時刻 9:30～ | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | |
| 10:30 | | 【ベビースクール】 ベビーミライク 10:00-10:45 | | 【定員12名】 【映像】 Group Fight 15 10:10-10:25 | | 【スクール】 REBORNS FIT 10:00-11:00 月額：5,500円(税込) | | 【ベビースクール】 ベビーミライク 10:00-10:45 | | 【定員10名】 Infinity kick 10:50-11:20 朴谷唯 | | 【定員8名】 ホットヨーガパワーセッション 11:05-11:50 石井裕子 |
| 11:00 | | 【定員5名】 Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 出口優子 | | 【定員8名】 | | 【定員5名】 Reformer Active 11:15-11:45 綿貫夏生 | | 【定員8名】 ホットヨーガリセット-冷えむくみ 11:15-12:00 中波美穂 | | 【定員8名】 ホットヨーガリセット-冷えむくみ 11:30-12:15 加藤聖子 | | 【定員8名】 |
| 11:30 | | 【定員8名】 | | Reformer pilates Total Basic45 11:45-12:30 出口優子 | | 【定員5名】 Reformer pilates Stretch Flow 12:00-12:30 綿貫夏生 | | 【定員30名】 Infinity flow 11:45-12:30 朴谷唯 | | 【定員8名】 オリジナルホットピラティス 12:50-13:35 RAN | | 【定員8名】 ホットヨーガパワーセッション 11:00-11:45 田中真紀 |
| 12:00 | | 【定員16名】 TOBIPPA 12:30-13:00 小井戸実佳 | | 【定員5名】 Reformer pilates lower body45 13:00-13:45 出口優子 | | 【定員5名】 Reformer pilates Stretch flow 14:15-14:45 綿貫夏生 | | 【定員16名】 VOLTJUMP 12:40-13:25 綿貫夏生 | | 【定員16名】 VOLTJUMP 12:40-13:25 綿貫夏生 | | 【定員16名】 TOBIPPA 12:15-12:45 貴井満浩 |
| 12:30 | | 【定員8名】 | | 【定員5名】 Reformer pilates Total Advance45 14:00-14:45 鈴木友梨 | | 【定員5名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員8名】 | | 【定員8名】 | | 【定員8名】 ホットヨーガパワーセッション 12:30-13:30 西内やよい |
| 13:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Infinity kick 18:45-19:15 大塚奈津美 | | 【定員10名】 Reformer Active 20:15-20:45 綿貫夏生 | | 【定員10名】 Reformer Active 20:15-20:45 綿貫夏生 | | 【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 16:20-17:05 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 13:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 14:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 14:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 15:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 15:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 16:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 16:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 17:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 17:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 18:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 18:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 19:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 20:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 20:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 21:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 21:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 22:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 22:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 23:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |
| 23:30 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 15:00-15:30 鈴木友梨 |

※赤枠のクラス（映像レッスン）はレッスン消化対象外です

HPにて受付

- レッスン受講回数超過料金について
超過回数 1回につき 3,000円(税別)の料金をお支払いいただけます。
- レッソンのキャンセルについて
レッスン開始30分前までに、専用サイトよりキャンセルが可能です。
※満員となっているレッスンもある為、参加が難しい場合はお早めにキャンセルをお願いいたします。
- ホットクラスは常時換気を実施している為、平常時より温度や湿度が下がる場合がございます。
ご理解、ご協力の程、よろしくご願ひ申し上げます。
- グループマシンピラティスご参加の際は、滑り止めのついたソックスを必ず着用ください。

ACTY Base会員様 チェックアウト時刻 ~23:30

施設閉館時間 23:30