

| 月  | 火  | 水  | 木                           | 金   | 土   | 日  |
|----|--|--|-----------------------------|---|---|--|
|    |  |  |                             |   |   | 1<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br>12:45~13:45<br>14:00~15:00  |
| 2  | 3<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br><br>服部絵里香先生<br>14:00~15:00<br>15:15~16:15<br>16:30~17:30  | 4<br><br>服部絵里香先生<br>16:30~17:30<br>17:45~18:45<br>19:00~20:00  | 5<br>下平玲子先生<br>10:45~11:45  | 6<br><br>服部絵里香先生<br>17:45~18:45<br>19:00~20:00  | 7   | 8<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br>12:45~13:45<br>14:00~15:00  |
| 9  | 10<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br><br>服部絵里香先生<br>13:30~14:30                               | 11<br><br>服部絵里香先生<br>16:30~17:30<br>17:45~18:45<br>19:00~20:00 | 12<br>下平玲子先生<br>10:45~11:45 | 13<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br><br>服部絵里香先生<br>17:45~18:45<br>19:00~20:00 | 14  | 15   |
| 16 | 17<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br><br>服部絵里香先生<br>10:30~11:30<br>11:45~12:45                | 18<br><br>服部絵里香先生<br>14:00~15:00<br>15:15~16:15<br>16:30~17:30 | 19<br>下平玲子先生<br>10:45~11:45 | 20  | 21<br><br>服部絵里香先生<br>10:30~11:30<br>11:45~12:45 | 22<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br>12:45~13:45<br>14:00~15:00 |
| 23 | 24<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br><br>服部絵里香先生<br>14:00~15:00<br>15:15~16:15<br>16:30~17:30 | 25<br><br>服部絵里香先生<br>16:30~17:30<br>17:45~18:45<br>19:00~20:00 | 26<br>下平玲子先生<br>10:45~11:45 | 27<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br><br>服部絵里香先生<br>17:45~18:45<br>19:00~20:00 | 28  | 29   |
| 30 | 31<br>下平玲子先生<br>10:15~11:15<br>11:30~12:30<br><br>服部絵里香先生<br>10:30~11:30<br>11:45~12:45                |  |                             |   |   |  |

2026.2.13現在

- ご予約は、予約サイトから毎月15日の朝8:00から翌月1か月分のご予約をさせていただきます。  
お電話でのご予約も承りますが、予約サイトにご登録いただくとセッション3日前の23:59まではご自身の予約管理がマイページからでき、お電話していただく必要がなくて便利です。  
また、予約サイトで空き状況が分かり、キャンセル待ちもしていただけます。
- 90分セッションをご希望の場合は、お電話でお問い合わせください。
- マシンに敷くバスタオルまたはフェイスタオルをご持参ください。

※スケジュールは、講師の都合で変更になる可能性もございます。

お問い合わせ チャコット名古屋スタジオ TEL.052-855-3077  
電話受付時間 11:00~19:00 土日は17:30まで



ご予約方法はこちら

Chacott  
STUDIO