



📶 seuse online lesson

セウススタジオの臨場感をご自宅へ！オンラインレッスンは会員様だけでなく、一般の方や男性の方もお気軽にご参加いただけます。オンラインレッスンならではの時間をお楽しみください。

録画 Lesson 30 分 / ¥1,100 3時間見放題！録画視聴型レッスン

4つのレッスンよりお選びいただけます。



Pilates



Yoga



Conditioning



For Musician

「ピラティス」や「ヨガ」をはじめ、骨盤調整や姿勢改善などの「コンディショニング」、音楽家のための「For ミュージシャン」
上記からお好きなレッスンをお選びいただけます。3 時間見放題で繰り返し視聴可能です。

プライベート Lesson 60 分 / ¥8,800 ライブ型レッスン

リアルタイムで行うトレーナーとマンツーマンのレッスンです。(担当者の指名可)
ご希望に合わせたオーダーメイドトレーニングやカウンセリングで効果を実感していただけます。

ご予約は営業日前日の正午まで受付可能です(ご予約の流れは次のページをご確認ください)

Online Schedule

設定不要で簡単に視聴できる📺録画型のレッスンと、Zoom を利用したプライベートレッスンを開催しています。
オンラインが初めての方にはメールやお電話で直接わかりやすくご説明いたします。はじめての方もご安心ください。
下記は基本スケジュールになります。レッスン内容の詳細や不定期開催のイベント等はスタジオホームページの News 欄
又はスタジオの Instagram をご覧ください。

<http://seuse.net>

https://instagram.com/seuse_studio

月	火	水	木	金	土	日
	録画レッスン 11:00-14:00		録画レッスン 11:00-14:00		録画レッスン 10:00-13:00	録画レッスン 10:00-22:00
プライベート 13:00-14:00	プライベート 13:00-14:00		プライベート 13:00-14:00	プライベート 13:00-14:00		
プライベート 14:20-15:20	プライベート 14:20-15:20	プライベート 14:00-15:00	プライベート 14:20-15:20	プライベート 14:20-15:20	プライベート 14:00-15:00	
プライベート 15:40-16:40	プライベート 15:40-16:40	プライベート 15:20-16:20	プライベート 15:40-16:40	プライベート 15:40-16:40	プライベート 15:20-16:20	
プライベート 17:00-18:00	プライベート 17:00-18:00	プライベート 16:40-17:40	プライベート 17:00-18:00	プライベート 17:00-18:00	プライベート 16:40-17:40	
録画レッスン 18:00-21:00	録画レッスン 18:00-21:00	録画レッスン 18:00-21:00	プライベート 18:20-19:20	録画レッスン 18:00-21:00	プライベート 18:00-19:00	
			プライベート 19:40-20:40		プライベート 19:20-20:20	

- *録画レッスンは設定不要でご視聴可能です。1 週間毎にレッスン内容を更新(Conditioning と For Musician は月 1 更新)
- *お申込みの際は YouTube のログインに使用されているメールアドレスよりお申し込みください。
- *上記はタイムスケジュールとなります。休館日やレッスンの詳細はホームページをご覧ください。
- *オンラインレッスンはご予約完了後のレッスンの変更やキャンセルは受付できません。予めご了承ください。
- *視聴 URL を他の方へ開示、レッスンの録音・録画は固くお断りしております。
- *プライベートレッスン(ライブ型)には Zoom のアプリが必要となります。設定の仕方などはわかりやすくご案内いたします。

【ご予約の流れ】

①お名前、②希望日時・内容、③希望支払い方法(クレジット or 振込)、④メールアドレス、⑤電話番号をご記載の
うえセウススタジオまでメール、又はフロントにてお申込みをお願いいたします。✉info@seuse.net

- *メールは 24 時間以内に対応しています。24 時間経過後も連絡がない場合はメール不具合が考えられます。
お手数ですが、スタジオまでお電話でのご連絡をお願いいたします。(☎097-532-8022)