

【簡単3分】ピラティススタジオ利用経緯アンケート-20260511174607

作業ID	承認日時	1. 現在または過去にピラティススタジオへ通ったことがありますか？	2. 通った(体験した)スタジオ名を教えてください
92512319	2026-05-11 16:34:48	はい、数か月ほど、マシンピラティスのスタジオに通っていました。	ピラティスK
92512323	2026-05-11 16:34:50	あります	ピラティススタジオ ルルト
92512331	2026-05-11 16:34:51	あります。	zen place pilates 広島
92512334	2026-05-11 16:34:56	はい、社会人になってから姿勢改善と運動不足解消のために、半年ほどピラティススタジオに通っていました。デスクワークが多く、肩こりや腰の重さが気になっていたのがきっかけです。週1〜2回のペースで通い、マット	CLUB PILATES (クラブピラティス) ・地元の個人スタジオ (名前は非公開)
92512336	2026-05-11 16:34:57	はい、過去にマシンピラティスの体験レッスンと3か月ほど継続して通っていました。	zen place pilates
92512341	2026-05-11 16:34:57	はい	ピラティスK
92512344	2026-05-11 16:34:58	過去にあり	クラブピラティス
92512345	2026-05-11 16:34:58	ある	ピラティスK
92512356	2026-05-11 16:34:59	はい、	ピラティスK
92512358	2026-05-11 16:35:03	あります。	スリーエススポーツプラザ吉敷店
92512359	2026-05-11 16:35:04	はい	ピラティスK
92512360	2026-05-11 16:35:05	ピラティススタジオへ通ったことがあります。	マシンピラティススタジオRintosull名古屋駅前店
92512362	2026-05-11 16:35:06	ある	ピラティスK
92512366	2026-05-11 16:35:07	はい	LAVA
92512391	2026-05-11 16:35:07	現在も通ってます	ピラティスK 農名サンパーク店
92512402	2026-05-11 16:35:08	ある	ピラティス アクスオルフィーカ
92512403	2026-05-11 16:35:08	はい	LAVA
92512407	2026-05-11 16:35:10	あります	studio kuu
92512411	2026-05-11 16:35:11	あります。	ヨガワイオラトリコロール
92512413	2026-05-11 16:35:31	はい、現在も通っています。	La Pilates
92512419	2026-05-11 16:35:31	過去に通っていました	クラブピラティス府中店
92512419	2026-05-11 16:35:31	あります。	La pilates 大宮店
92512419	2026-05-11 16:35:32	あります。	Rintosull
92516614	2026-05-11 16:35:32	あります	スタジオヨギー
92516762	2026-05-11 16:35:32	あります	zan place
92517699	2026-05-11 16:35:33	過去にピラティススタジオに体験でいきました。	Skywalk
92517906	2026-05-11 16:35:33	あります。	ピラティスK福岡天神店
92517918	2026-05-11 16:35:33	あります	zen place pilates
92518319	2026-05-11 16:35:36	はい	体幹トレーニングジム T t
92518455	2026-05-11 16:35:40	はい、あります	ピラティスK
92518539	2026-05-11 16:35:41	ある	PILATES
92518550	2026-05-11 16:35:41	あります	ピラティスK
92518723	2026-05-11 16:35:42	過去に通っていた経験がある。	フィットネススタジオ ソエル
92519368	2026-05-11 16:35:42	はい	個人
92519843	2026-05-11 16:35:44	あります。	CLUB PILATES
92520688	2026-05-11 16:35:46	はい	ピラティスK
92521214	2026-05-11 16:35:47	はい	La pilates 目黒店
92521623	2026-05-11 16:35:47	あります	Hain pilates梅田・茶屋町店
92522138	2026-05-11 16:35:48	2026年5月より通い始めました	アーバンクラシックピラティス
92513072	2026-05-11 16:35:56	はい、過去に通ったことがあります。	ピラティススタジオ東京
92513079	2026-05-11 16:35:57	あります	Paw women's fitness 金沢店
92513083	2026-05-11 16:35:59	あります。	リントスル
92513089	2026-05-11 16:36:00	はい	スタジオリオン
92513092	2026-05-11 16:36:01	あり	オルタナピラティス 西船橋北口店
92513121	2026-05-11 16:36:02	ある	ラピラティス天王寺店
92513158	2026-05-11 16:36:03	あります。	ピラティスk
92513184	2026-05-11 16:36:05	ある	Rintosullイオンモール名古屋茶屋店
92513191	2026-05-11 16:36:06	現在通っている	リントスル
92513222	2026-05-11 16:36:07	約1年間通ったことがあります。	クラブピラティス
92513270	2026-05-11 16:36:08	過去に体験に行ったことがあります	Ushihピラ
92513312	2026-05-11 16:36:09	あります	Rintosull
92513344	2026-05-11 16:36:10	現在通っています	ソエル
92513354	2026-05-11 16:36:11	ある	pilates K
92513431	2026-05-11 16:36:13	ある	ラバ
92513565	2026-05-11 16:36:17	過去にありました。	ホテルセントレ スポーツクラブ Vivo
92513314	2026-05-11 16:36:18	現在通っています	pilates&yoga studio BRIGHT
92513329	2026-05-11 16:36:20	はい	CLUB PILATESみどりみらい店
92513388	2026-05-11 16:36:21	はい	パーソナルピラティス&トレーニング
92513471	2026-05-11 16:36:23	体験のみ	WEGLE千畳中央店
92512563	2026-05-11 16:36:56	過去に1年ほど継続して通っていた経験があります。デスクワークによる運動不足の解消と、姿勢の改善を目的として週1回のペースで利用していました。現在は自宅でのセルフケアに切り替えています。基礎を学ぶため	Rintosull (リントスル)
92512574	2026-05-11 16:36:57	はい	the SILK 新宿店
92512583	2026-05-11 16:36:57	あります	La pilates 大宮店
92512697	2026-05-11 16:36:58	過去に通ってました	pilates K大宮店
92512698	2026-05-11 16:36:58	あります	川越店 マシンピラティス専門スタジオpilates K
92512700	2026-05-11 16:36:58	数年前に姿勢改善のためにピラティスを始め、数か月ほどスタジオに通っていました。最初は体験だけのつもりでしたが、マシンを使ったレッスンの効果を感じられて、そのまま継続して通うようになりました	zen place pilates 福岡天神スタジオ
92512706	2026-05-11 16:36:59	ある	CLUB PILATES 千歳店
92512710	2026-05-11 16:37:00	あります	コナミススポーツクラブ
92512712	2026-05-11 16:37:01	過去にありです	スタジオ・ヨギー
92512713	2026-05-11 16:37:01	あります (過去に約3ヶ月ほど通っていました) 。運動不足解消と姿勢改善を目的に通い始めました。	Rintosull (リントスル)
92512726	2026-05-11 16:37:02	はい	Zen place pilatis
92512830	2026-05-11 16:37:02	はい	zen place
92512838	2026-05-11 16:37:03	ある	Rintosull
92512891	2026-05-11 16:37:03	はい	ピラティススタジオB&B
92512970	2026-05-11 16:37:06	はい、	Rintosull
92512971	2026-05-11 16:37:07	あります。	ピラティスK
92512977	2026-05-11 16:37:08	現在も通っていませんが、以前体験レッスンに参加したことがあります。運動が苦手でも丁寧に教えてもらって、想像していたより通いやすい印象でした。	zen place pilates
92513021	2026-05-11 16:37:08	現在も通っていませんが、以前ピラティススタジオの体験レッスンを受けたことがあります。	zen place pilates
92513027	2026-05-11 16:37:08	あります	Pilates K
92513043	2026-05-11 16:37:09	あります	Pilates K
92512413	2026-05-11 16:38:16	通っています。	Rintosull
92512414	2026-05-11 16:38:17	過去にある	ピラティススタジオDEP
92512418	2026-05-11 16:38:17	過去に通っていました。	ピラティススタジオBodySoul
92512441	2026-05-11 16:38:18	はい	リピラティス
92512470	2026-05-11 16:38:18	現在通っています	Rintosull
92512472	2026-05-11 16:38:18	過去にThe SILK銀座店に通っていました。	The SILK銀座店
92512476	2026-05-11 16:38:19	あります	ピラティスK
92512478	2026-05-11 16:38:19	あります	マシンピラティススタジオ Rintosull 成増店
92512481	2026-05-11 16:38:20	あります。	LUFT
92512485	2026-05-11 16:38:20	ある	pilates mirror
92512506	2026-05-11 16:38:20	はい	LAVA
92512522	2026-05-11 16:38:21	はい	クラブピラティス
92512528	2026-05-11 16:38:24	はい	リントスル
92512529	2026-05-11 16:38:24	通ったことがあります。	Rintosull 長瀬リバーサイド千秋店
92512532	2026-05-11 16:38:25	通ったことがある	Pilates Mee 大宮店
92512533	2026-05-11 16:38:28	現在通っています。	zen place pilates
92512535	2026-05-11 16:38:28	ある	the SILK 大宮店
92512537	2026-05-11 16:38:31	過去に通ったことがある	zen place pilates
92512550	2026-05-11 16:38:32	あります	zen place pilates
92512557	2026-05-11 16:38:32	はい	theSILK大宮店様
92527542	2026-05-11 16:57:06	過去に2年ほど、ボディメンテナンスの一種として週1〜2回のペースで通っていました。現在は多忙のため、スタジオで学んだ動作を自宅での習慣に落とし込んでいます。	zen place pilates

3-10. ビラティススタジオを遊ぶ際、特に重視したポイントを教えてください (3つまで選択可)		3-11. ビラティススタジオを遊ぶ際、特に重視したポイントを教えてください (3つまで選択可)		3-12. ビラティススタジオを遊ぶ際、特に重視したポイントを教えてください (3つまで選択可)	
					12 個室・少人数制
10	無料体験がある				
10	無料体験がある				
10	無料体験がある				
10	無料体験がある		11	通い放題プラン	
			11	通い放題プラン	
10	無料体験がある				
					12 個室・少人数制
10	無料体験がある				
10	無料体験がある				
					12 個室・少人数制
10	無料体験がある		11	通い放題プラン	
			11	通い放題プラン	
10	無料体験がある				
10	無料体験がある				
					12 個室・少人数制

3-13. ビラティスタジオを満員時、特に重視したポイントを教えてください (3つまで選択可)	3-14. ビラティスタジオを満員時、特に重視したポイントを教えてください (3つまで選択可)	4. 4でその他を選んだ方は重視したポイントを教えてください
		施設が綺麗か
13 勤務がしつこくない		
13 勤務がしつこくない		まずは料金を抑えたいのが1番でしたが、何より予約が初回以降は不要になることが決め手でした。営業時間以内であれば、好きなタイミングや体調に合わせて行けるので、買い物ついでにいつも通っ
		14 その他 (自由回答) 知り合いに無料券を買ったから
		無し
		特になし
13 勤務がしつこくない		
13 勤務がしつこくない		
13 勤務がしつこくない		
		通いやすと、スタジオの雰囲気が一番重視しました。

5. 実際に通って「良かった」と感じたポイントを教えてください
マシンを使う事で、初心者でも正しい姿勢を保ちながら動けるのが良かったです。
骨盤開りや背中を使い方を丁寧に教えてもらったので、普段の姿勢が自然と良くなった感じでした。
レッスンは体が軽く感じて、肩こりも楽になりました。
理学療法士が監修しており、一人一人に解剖学に基づいた効果的な指導をしてもらえる点が良かったです。男性の方も多く選んでおり少人数制だったので、男性の自分としても気兼ねなく通え居心地がとても良かったです。また、コースも様々なあり、マシンピラティスで目的にピンポイントに合わせたレッスンを受けられ、実体の使い方を丁寧に教えてもらったことで、普段の姿勢が明らかに変わりました。特に、呼吸と体幹の意識が身につき、肩こりが軽くなったのを実感しました。少人数制のクラスだったので質問しやすく、毎日フォームをインストラクターが丁寧にフォームを見てくれたので、運動が苦手でも安心して続けられました。通い始めてから姿勢が良くなり、肩こりも少し楽になったのが良かったです。スタジオも清潔感があり、リフレッシュできる体の不調、姿勢や術などを改善できて良かったです。健康面で運動不足だったため通いました。肩こり腰痛などの改善にも繋がった。
マシンピラティスがあるので、普段の自宅ワークアウトでは不可能なボディメイクに特化したエクササイズができる。
女性専用なので、周囲の視線を気にせず伸びとトレーニングに集中できたので良かったです。女性の悩みに特化したプログラムでしっかり効果を実感できました。
ピラティスは、体幹部を鍛えるので太ってお腹ポッコリの私が、クラスに入って一緒にやると1年ぐらいでお腹が引込みました。嬉しかったです。
音楽に合わせて楽しくボディメイクができる点と、女性専用だったこと。
良かった点としては駅近くの立地で仕事帰りや買い物ついでに寄りやすい場所にあるので雨の日でも移動が比較的に通いやすいことや目的別プログラムが多く、初心者でも始めやすいことです。
父の病院の近くにあり、利便性で決めました。駅の中にあるので雨にも濡れずに行けることが何よりもよかったです。
姿勢が改善され、日常的に意識しなくても背筋が伸びるようになったこと
女性専用では無く、男性も気軽に通えて目目が気にならないのが1番良かったです。
キャンペーン中だと入会金が無料だったり、プレゼントがあったりしてお得良かったです。
目的や悩みに合ったプログラムが用意されていて、マシンも気になる部分を集中的にアプローチできるタイプだから、満足度が高かったです。
インストラクターが積極的な姿勢がある
姿勢が整った
マンツーマンなので、自分の悩みや身体の問題に合わせたプログラムを都度組んでくれるのが良かったです。また、マットよりもマシンピラティスの方が、マシンが動きをサポートしてくれるので、初心者にも簡単でした。大手のピラティススタジオなので、安心感があります。初心者への指導が厚手だったので、未経験でも安心して取り組めたのが良かったです。また、体を動かさず置背づけができたのも良かったと思います。
整体とマシンピラティスを組み合わせているため、体の歪みを整えながら無理なく運動できる点良かったです。インストラクターも丁寧で、初心者でも安心して通いやすいと感じました。
下半身や上半身など部位ごとに鍛えられるレッスンや、全身をまんべんなく動かせるマシンなど内容が様々で、そのときの自分の気分と選べる点がとても良いと思いました。
体が引き締まった
身体が楽かなくなった、姿勢や呼吸を意識し始めました。ピラティスを続けた後、身体が軽くなる気がします
冷え性が、落ち着きました
理学療法士が教えるピラティスということあって、解剖学などの知識を取り入れながら、より詳しい視点でピラティスを教えてくれた。
インストラクターの方が常に姿勢を見てくれて、正しいフォームを丁寧に教えてくれたのが良かったです。マシンを使うことで負荷の調整がしやすく、運動が苦手な私でも無理なく続けられました。レッスン後は体が軽くなる効率的に汗をかけるので健康になり皮膚をしっとりしている感じがしてめちゃくちゃ運動不足が解消されました。スタッフさんの空気感についていかれて楽しんでレッスンできたことも良かったです。
医学的な観点があり、体の歪みや効率のいい動き方、バランスなどいろいろある視点を教えてもらいながらできて大変よかったです。
女性専用でスタジオが清潔感があり、初心者でも安心して通える点良かったです。音楽に合わせて楽しくレッスンでき、運動が苦手でも続けやすいと感じました。
姿勢が良くなって体力がついた
インストラクターの説明も丁寧で、姿勢改善や体の引き締まりを実感できたことが良かったです
通い放題のプランだったので、仕事が早く終わった日や予定の合間にサクッと通えるところが良かったです。また、ピラティスを始めたおかげで身体の正しい位置を知ることができ腰痛が改善した。
知り合いにすすめられた
体が引き締まって、姿勢も良くなり、肩こりや首こりが以前よりも楽になって、体が軽くなった感じがする。
インストラクターの説明が分かりやすく、運動が苦手でも安心して参加できた点良かったです。少人数制のレッスンだったので質問もしやすく、姿勢や呼吸を丁寧に教えてもらいました。続けるうちに姿勢を意識するように未経験だったので、寄り添って教えて下さりピラティスが出来た。
女性専用でスタジオもパウダーも清潔感があり綺麗なのがよかったです。最初にカウンセリングを受けた際に無料でマシンピラティスの体験ができ、姿勢や身体の中で気になる部位に合わせて指導して下さったので通った後の30分でマシンピラティスを各種目ごとを実施するのですが、意外と汗をかくくらいしっかり運動ができ、基本的にはセミパーソナルなので特に通い始めはマシンの使い方ややり方を丁寧に教えてくださるためやり方も
インストラクターが親切で、初心者でも安心して通えたことです。
新しくオープンしたところで綺麗良かった
ピラティスに興味はあったのですが、自分ではなかなかうまくできなかったので入会しました。インストラクターにしっかりサポートしてもらえるので、運きのコツがつかめてよかったです。また、水素水飲み放題だったの先生の指導が丁寧やさしい
レッスンの種類が豊富で飽きずに通い続けられること
パーソナルなので恥ずかしくない
体幹が鍛えられた事で姿勢がよくなりました。
女性専用のスタジオなので気軽に通えます。
無料体験もあるのが良かったです。
運動習慣が身に付いたことと、ピラティスに通っているという事実がモチベーションを向上させたこと
呼吸を意識する向けに体を動かす時間は、リラックス効果もあり、義務感ではなく、仕事終わりで疲れていても通いたいと思える点が高かったです。
レッスンでは、毎回やったことのない新しい動きにチャレンジするため、いつも新鮮な気持ちで取り組むことができ、楽しく通うことができました。
インストラクターの方がとても穏やかな雰囲気や緊張をほぐしてくれたこと、姿勢改善のポイントや体のどの部分がどうなっているかなどを分かりやすく説明して下さったこと、優しくも厳しい指導をしてくれたことがよ他のピラティスよりも断然楽しく通いやすい点。
予約が取りやすく、30分前までキャンセル可能であること。
オンラインでもヨガ、ピラティス、ストレッチ等を受講できること。
激しいスポーツではないため、楽しく運動ができ、肩こりや腰痛が楽になってきた。姿勢もよくなった。
値段が安い
ヨガ、ホットヨガ、岩盤浴、マシンジム、ボルダリング、レジデンスヨガなど多彩なプログラムの内容に魅力があります。さらに、ヨガをしながら明石海峡大橋の絶景を一望する事が出来るので、特に良かったです。
居心地が良く、静めずに続けられています。雰囲気やアクセスを重視して良かったです。
非常に対応が親切丁寧でとても良かったです
わかりやすい説明が良かったです
ちゃんときつくて効いている感があった
専用のマシンを使用することで自重トレーニングでは意識しにくいインナーマッスルを正確に動かせた点良かったです。インストラクターの方が骨盤の向きや呼吸のタイミングを細かく修正して下さるため、短時間でも自宅から返って通いやすかった。
体の正しい使い方がわかるのと全体と一緒になっているのが良かった。
女性専用で清潔感があり、初めてでも通いやすい雰囲気でした。音楽に合わせてレッスンを受けるので楽しく続けやすく、インストラクターの説明も分かりやすかったです。マシンピラティスなので姿勢や体の使い方を意識しながらのアクセスがよく、通うのが面倒に感じなかった。マシンピラティスってどうやってやるのかな？と不安だったけど、インストラクターの人が親切に教えて下さったので、安心できた。初めてのところに行くのはインストラクターの方がとても丁寧で、姿勢の癖や体の使い方を細かく見てくれたのが良かったです。特にマシンピラティスは動きをサポートされるので、普段使えていない筋肉を意識しやすく、レッスン後は体が軽くなる。普段の運動不足が解消された。
アクセスが良くて自分の好きな日に通うことができる
多くのクラスがある中、気軽にピラティス体験ができたのが初心者には嬉しかった。しっかり汗もかいて爽快感があった。
インストラクターが丁寧で、動きの意味まで説明してくれるので初心者でも安心して続けられました。少人数制でフォームもしっかり見てもらえる点も良かったです。通ううちに姿勢が少し改善し、肩こりも軽くなったのを通っているうちにほとんど新感覚ができ、通いやすくなった。また予約も比較的取りやすく、キャンセルもしやすいため続けやすかった。
背骨と呼吸にフォーカスしたピラティス・ヨガで自律神経を整え、姿勢や不調の根本改善とメンタル面の安定を同時に目指せる点
アプリ上でレッスン予約・キャンセルしやすい
その日の体調に合わせたメニューをその場で組んでくれるところ
立地がよくて通いやすかった。
女性専用で通いやすく、音楽に合わせてハードな動きで達成感を得られるところでした。
姿勢や身体の使い方を意識するきっかけになったのが良かったです。レッスン後は肩や背中が少し軽く感じました。インストラクターの方も優しく、無理なく参加できたので、運動が苦手な私でも安心して。初心者でも分かりやすいように、姿勢や呼吸の仕方を丁寧に教えてもらった点良かったです。普段使っていない筋肉を意識できて、終わった後は体が軽くなった感じがありました。
女性専用スタジオが多く、通いやすいなと思いました
マシンピラティス中心なので初心者でもフォームを取りやすい
プログラムが充実しているので、自分の空いた時間に通えることが良いと感じています。
通っているお家さんも多いので、安心感もあります。
マシンがあることで自宅のセルフケアではないいいことができること。スタッフが皆親切なこと。
当初は意識していませんでしたが、通い放題プランがあったので、途中で切り替えました。
どのくらい通えるか、自分に合っているかを試してから通い放題プランに変更できたので、とても良かったです。
続かなかったですがなんとなく体がすっきりした気がする。
今まで運動習慣がなかったため、通い始めてからシュツときていたことを感じられました。周囲からもシュツとしたと言われて良かったです。生活の楽しみも増えました。
ピラティス自習初めてでしたが、アパートの近くにあるThe SIK銀座店に行きました。備前でもあり側席を持っているので姿勢を正したいと思い通いました。資金がないので今は通っていませんが毎回もつと通い続けられピラティスは、音楽に合わせて動くレッスンがとても楽しく、60分があるという間に感じられました。スタジオは白を基調としたおしゃれで清潔感のある空間で、通うだけで気分が上がります。インストラクターの方々も家から通いやすく、講師の方も優しく教えてくれた
個人レッスン、少人数レッスンがあり、初心者からでも基礎からしっかり学べる点が良かったです。またそれぞれの先生がそれぞれの信念や考え方があり、様々な先生からの知見を吸収できたのも良い点でした。それまで運動習慣がなく、運動不足の危機感から通い始めましたが、呼吸が深くなり、身体が軽くなった点が良かったです。
姿勢に気を使うようになった
体幹がついた
マシンピラティスで、補助を受けながらできた。
女性専用なので、安心して通えた事、スタッフの方が優しく丁寧で良かったです。
少人数制なのでそばにいて丁寧に教えてもらえる
インストラクターの知識が非常に豊富で、自分の体の癖や骨格に合わせた指導をしてくれるです。マシンピラティスを使うことで、自重では意識しにくいインナーマッスルを正確に動かしている実感があります。通い始め女性専用なので安心して利用できるし、スタジオがきれい
運動が苦手でも無理なく始められた点良かったです。姿勢を意識するようになって、肩や腰の重さや少し楽になった気がしました。インストラクターが丁寧に動きを見せてくれるので、初心者でも通いやすかったです。
運動が苦手でも無理なく続けられた点良かったです。レッスン後は姿勢が整った感じがあり、肩こりも少し楽になりました。インストラクターの説明も丁寧で、初心者でも安心して参加できました。スタジオ内が清潔で清潔女性専用という点で清潔感がありました。
また、ピラティス初心者でしたが初心者でもわかりやすい説明で、またマシンを使うことにより無理なく体を動かす事ができた点も良かったです。
「ただ筋肉を鍛える」のではなく、自分の身体の癖（ライメントのズレ）を客観視できたことが最大の収穫です。解剖学的なアプローチで指導を受けたことで、日常生活での歩き方や座り方の質が向上し、結果としてマッ

6. 実際に通って「気になった点・後悔した点」があれば教えてください
人気の時間帯は予約が取りにくい事がある、希望の枠が埋まってしまう事が何度かありました。
あとレッスン内容が日によって強度に差があって、初心者には少し難しいな、と思う日もあった感じです。
もう少しレベル分けが細かいと選びやすいのにな、と思いました。
プライベートレッスンで一ひとりに丁寧な指導をもらえるのは良いのですが、インストラクターの方と指導方法が合わない点も効果が少ない点も気になりました。
クラスによってはなかなか予約が取れない事が頻繁にあったので、次第に通うモチベーションが下がったのは気になりました。
人気の時間帯は予約が取りづらく、思ったより通うペースが安定しなかったことが少し残念でした。また、マシンピラティスは効果を感じやすい反面、料金が高めなので、長期的に続けるには負担が大きいと感じました。も人気の時間帯は予約が取りづらいことがあり、仕事終わりのレッスンは早めの予約が必要でした。また、最初はインナーマッスルを使う動きが難しく、慣れるまで筋肉痛になることもありました。
なし
特にないです。
土日祝日は予約が取りにくい。
特定の曜日や時間帯によっては予約が取りにくかったので、その点だけ残念に感じました。
5年ぐらいいましたが、辞めたらまたお肌、ウエスト周りが大きくなり辞めなきゃよかったと後悔しました。
特になし
気になった点としては一般的なフィットネスジムやホットヨガと比べると月会費やコース料金が高めなのでもう少し安くしてほしいことです。
隣の人の距離が少し近いのでそれが少し嫌でした。
人気のスタジオということもあり、週末や仕事終わりの時間帯は予約が取りづらい
シャワールームがもう少し広ければ良かったです。
グループレッスンも月2回コースを作してほしい。もう少しゆっくり通いたかった。
オンラインレッスンがないこと、あとは入会金や事務手数料がやや負担になること。
いい先生は予約が取りにくい
特に無し
値段が少し高いのは、気になる点です。店舗が複数あるので、どの店舗で予約を取ってもOKとのことですが、やはり土日や平日の仕事終わりなど人気の時間帯は予約が取りづらく、空いた時に気軽に行けないのも改善してスタジオレッスンは受講者が10人程度いて、慣れないうちはうまくできず恥ずかしかったです。綺麗な格好で化粧した受講生もいて、少し気後れする時もありました。自分はスッピンで通い、汗を思いっきりかきたかたに人気の時間帯だと予約が埋まりやすく、希望日に通えないことがありました。また、継続して通うには費用がやや高めになるため、事前に通う頻度を考えておけばよかったと思いました。
私の通うRintouuはマシンピラティスで、初めはマシンの扱いに慣れず、自分のやり方で合っているのか不安で動きに集中できないこともありました。
予約がすぐ埋まる
料金が、上がってしまいました
理学療法士が教えるピラティスということもあってか、価格が少し高めであることが気になった。
人気の時間帯は予約が取りづらく、希望のレッスンに入れないことがありました。また、月額料金がやや高めだったため、通う頻度が落ちると割高に感じてしまいました。もう少し自分の生活リズムに合わせて通えるプラン少し、ハードさも感じましたね。体に結構な負担がかかる時があるのでその部分に辛さはありました。
なし
人気の時間帯は予約が取りづらく、グループレッスンなので個別指導が少ない点は少し気になりました。
思ったより疲れる活動だった
予約が仕事終わりの時間帯が取りにくいので
インストラクターさんによって指導の丁寧さに違いがあった。
自宅の最寄りピラティススタジオがなかったため、隣駅のスタジオに通っていたが、契約の数ヶ月後に最寄り駅に新しくピラティススタジオができた。隣駅まで足を運ぶのが地味に面倒だったので、そちらができるのを待て
特にない
費用が高いところ。もう少し安ければもっと気軽に回数多く通えるのになと思います。
人気の時間帯は予約が埋まりやすく、仕事帰りに通いたい時に希望のレッスンが取れないことがありました。また、想像していたより月額料金が高かったので、最初に通う頻度をしっかり考えてプランを選ばなかったと
気になった点、後悔した点は無く、とても満足しています。
マンツーマン指導だけどトレーナーさんが固定ではないので同じ方に毎回担当してもらえんのかなと思った。
セミナーソナルなどの、予約不要のためスタッフが当日の人のかわからないことが少し懸念点ではあります。
こちらの感覚にはなりますが運動中に質問しやすいスタッフとそうでないスタッフの方がいるのかないかでその日のモチベーションが変わる気がします。
予約が取りにくい時期があったことです。
少し通いにくい場所だった
最初に入会した時、キャンペーン価格で安く入会したのでお得だったのですが、3ヵ月後から通常価格で高くなってしまったのが残念でした。
掃除いつしてるかな？
とくにありません
特になし
とくになし
特になし
集団のクラスなので、インストラクターが付きっきりで教えてくれるわけではないので、きちんと効いているのかが不安なところも気になります。
後悔した点はありますが、通い始めて1年たったころ、妊娠がわかり、それを伝えると、退会となりますと伝えられました。その月は1回行ってきりで、一ヵ月分のレッスン費を支払ったので、ちょっともったいない感じは
やはり通うのにはお値段が高いと感じたこと、立地的に通いにくさは感じました。
パーソナルではなく、グループレッスンのため、自分の動きがどこまで正しいのかわからないところ。
マシンピラティスのクラスがレベル別になっていますが、初心者レベルのクラスに限定すると思ったよりもクラス数が少なく、行ける日が限られてしまいました。
予約が取りにくいことや、インストラクターの質にムラがあること
予約が取りにくい
他のスタジオと違い、24時間営業なので、常に利用している人が多く、時間帯によって、かなり混雑している時が多いので、特に気になった点です。また、他のスタジオと比較すると、料金が非常に高いので、経済的な点も人気の時間帯はキャンセル待ちとなり、入れない時があります。
ないです
ないです
チョコザップ感が強い。スタッフによって知識の豊富さが全然違う為当たり外れが大きい。
人気の時間帯は予約が集中しやすく希望する枠を確保するのに苦労する場面がありました。週末や仕事終わりの時間帯は早めにスケジュールを組む必要があったため、自由なタイミングで通いたい人にとっては少し不便に感じ
料金が高くて、続けられなかった
値段は安くはないので少し高いなと思った。
人気の時間帯は予約が埋まりやすく、希望のレッスンを取りづらい時がありました。また、レッスンによって運動量に差があるので、最初は自分に合うクラス選びに少し迷いました。更衣室が混み合うタイミングもあり、私の感じていた予算より、月額費が高かったので続けることができなかった。回数券制度のほうが私には向いていたのかも？と思った。
人気の時間帯は予約が取りづらいため、思ったより自分のペースで通えない時期がありました。また、継続して通うには料金がやや高めなので、もう少しプランの選択肢が多いと続けやすかったかなと感じています。
なし
人気のレッスンは早番で取れないと入れない
人気なので予約が取りづらい。教室内も常に満員で場所取りが大変だった。
人気の時間帯は予約が取りづらいため、仕事終わりの時間に通いたい日がありました。また、効果を実感するまでにある程度継続が必要なので、短期間では変化が分かりにくく感じました。
男性のうち、一部の女性が女性インストラクターと接するのを目的に通っているように見えて生徒から見て不快だった。
店舗数多いのにインストラクターの数が合わない
大人気でモニターを見ながらのレッスンなので、動きが合っているのか確認することが難しい
この場所じゃなければ出来ないことばかりで、家でやりたいことも出来ないと思いました
料金が高くて続けにくかった。
希望の時間帯の予約が取れなかったことが数回あったことです。
人気の時間帯は予約が埋まりやすかった点が少し気になりました。最初は専門用語や動きが分からず戸惑うこともありましたが、続けられ慣れていけると思いました。
料金が少し高めに感じた点と、人気の時間帯は予約が取りにくそうだと感じた点です。継続するには、通いやすい時間帯に無理なく予約できるかが大事だと思います。
人気時間帯は予約が取りづらいためと思いましたが
グループレッスン中心なので個別指導は少なめだなと思います
途中で契約を終了した場合違約金が発生するところ。
体験料金は魅力的だが、継続して通うには料金が高めなこと
特にありませんでした。
自宅近くのスタジオだったので、私は徒歩で通ってましたが、駐車場がないので、車で通いたい方は、面倒そうだなと思いました。ただ、地下鉄がすぐ近くなので、地下鉄が使える方は通いやすいと思います。
意識高い人が多い印象があり、自分には不都合な感じがありました。
後悔している点はないです。
ほとんどないです。資金がなくて辞めたので気になることもなかったです。
人気スタジオのため、特に平日夜や土日は予約が取りにくいことがあり、思い通りの時間に通えない日もありました。また、店舗によってはスタジオや更衣室が狭く、他の利用者との距離が近いと感じることもありまし
特にないです
ピラティススタジオにしては安い方ですが、わたしの経済状況では長期継続が難しくやめてしまったことです。
通っていて満足しているので、特にないです。
予約が取りづらい
値段が高かった
特になし。
キャッシュレス店舗でも対応出来ませんが、現金も対応可能だと嬉しいです。
予約制だが、入れたい時間に予約がいっぱいで取れないことがある
人気の時間帯や土日のレッスンの予約が埋まりやすく、希望の枠を確保するのに早めの予約が必要な点です。また、本格的なマシンピラティスは通常のヨガスタジオなどに比べると月会費が高めなので、もう少しコスト
料金が高めで、利用回数を抑えた
人気の時間帯は予約が埋まりやすく、希望のレッスンを取りにくいことがありました。続けるにはそれなりに費用がかかるので、もう少し料金が抑えられていたら続けやすいと思いました。
人気の時間帯は予約が埋まりやすく、希望のレッスンが取れないことがありました。また、マシンピラティスは料金が少し高めなので、長く続けると費用負担は感じました。
女性専用という点は良かったのですが、感じ方に個人差はあると思いますがグループレッスンという事で多少周りの目が気になってしまいました。
スタジオの集客状況によっては、面談の予約変更が難しくかったり、希望のインストラクターの枠がすぐに埋まってしまう運用面での不便さは多少感じました。また、マシンの台数に対して生徒数が多いグループレッスンだと

