

pilatesK 新潟店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール						2025/12/13 更新			
01/01	01/02	01/03		01/04		01/05	01/06	01/07		01/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	close			
close	close	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30				close	
		Hip & Leg 🚶		Release&Strength		Waist 🚶		Basic 🚶			
		Aoi.N		Yui.K		Aika.S		anna.S			
		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30			
		Waist 🚶		Back & Arm 🚶		Basic 🚶		Hip & Leg 🚶			
		anna.S		Aoi.N		anna.S		Aika.S			
		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		Stretch & Conditioning 🚶			
		Basic 🚶		Pilates Cardio		Aika.S		close			
		Aoi.N		Yui.K		close		close			
		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		close		close			
close	close	Back & Arm 🚶		Basic 🚶		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
		anna.S		Aoi.N		Pilates Cardio		Basic 🚶		Back & Arm 🚶	
		17:30 ~ 18:30		Body Balance		Yui.K		Yui.K		anna.S	
		Aoi.N		close		close		close			
		close		close		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
		close		close		Hip & Leg 🚶		Waist 🚶		Basic 🚶	
		close		close		anna.S		Aika.S		Aoi.N	
		close		close		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
		close		close		Back & Arm 🚶		Release&Strength		Waist 🚶	
		close		close		Yui.K		Yui.K		anna.S	

pilatesK 新潟店		【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール					
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Basic 🌸	Body Balance	Hip & Leg 🌸		Pilates Cardio	Hip & Leg 🌸		Waist 🌸
Aoi.N	Yui.K	Aika.S		Naco	Yui.K		anna.S
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Waist 🌸	Basic 🌸	Waist 🌸		Back & Arm 🌸	Waist 🌸		Basic 🌸
Yui.K	Aika.S	anna.S		Aika.S	anna.S		Aika.S
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	Body Balance		Hip & Leg 🌸
Back & Arm 🌸	Hip & Leg 🌸	Basic 🌸		Naco			anna.S
Aoi.N	Yui.K	Aika.S					
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Waist 🌸	Back & Arm 🌸					
	Aika.S	anna.S					
close	17:30 ~ 18:30						
	Back & Arm 🌸						
	Yui.K						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🌸				Basic 🌸	Stretch & Conditioning 🌸	Waist 🌸	Basic 🌸
	close			anna.S	Aika.S	anna.S	Aoi.N
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pilates Cardio				Back & Arm 🌸	Basic 🌸	Body Balance	Hip & Leg 🌸
				anna.S		Aoi.N	Aika.S
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Stretch & Conditioning 🌸				Waist 🌸	Back & Arm 🌸	Hip & Leg 🌸	Body Balance
				anna.S	Aika.S	anna.S	Aoi.N

■：体験可能レッスン

- クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
- ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
- レッスン開始時間と時間前を切ってのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
- ※時間外キャンセルが2回以上で、月額の予約可能回数が1回に制限されます。

■ 体験可能レッスン

クラスの種類およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前にお願いしております。

レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが2回以上で、翌月の予約可能回数が回に制限されます。