



pilates

# pilates K静岡店 Lesson Schedule

更新日2024/9/15

## 2024/10/1~2024/10/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	10月1日(火)	10月2日(水)	10月3日(木)	10月4日(金)	10月5日(土)	10月6日(日)	10月7日(月)	10月8日(火)
10:30	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yume	10:30~11:30 Pilates Barre Yume		10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Yume	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Mizuki.S	10:30~11:30 Waist ♪ makiho	close	10:30~11:30 Basic ♪ 未定
12:00					12:00~13:00 Basic ♪ 未定	12:00~13:00 Back&Arm ♪ Mizuki.S		12:30~13:30 Jump to Burn makiho
13:30	12:30~13:30 Basic ♪ Yume	12:30~13:30 Waist ♪ Yume		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Mizuki.S	13:30~14:30 Jump to Burn makiho	13:30~14:30 Basic ♪ 未定		
15:00					15:00~16:00 Back&Arm ♪ Mizuki.S	15:00~16:00 Stretch&Conditioning ♪ makiho		
17:30	17:30~18:30 Release&Strength Yume	17:30~18:30 Hip&Leg ♪ Mizuki.S	17:30~18:30 Back&Arm ♪ makiho	17:30~18:30 Basic ♪ makiho	17:30~18:30 Basic ♪ 未定			17:30~18:30 Pilates Barre Yume
19:00	19:00~20:00 Jump to Burn makiho	19:00~20:00 Basic ♪ makiho	19:00~20:00 Hip&Leg ♪ Mizuki.S	19:00~20:00 Waist ♪ Mizuki.S				19:00~20:00 Basic ♪ 未定
20:30	20:30~21:30 Waist ♪ makiho	20:30~21:30 Back&Arm ♪ makiho	20:30~21:30 Basic ♪ Mizuki.S	20:30~21:30 Jump to Burn makiho				20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Mizuki.S

	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)	10月12日(土)	10月13日(日)	10月14日(月)	10月15日(火)
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ makiho		10:30~11:30 Basic ♪ 未定	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Mizuki.S	10:30~11:30 Jump to Burn makiho	close	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Mizuki.S
12:00				12:00~13:00 Hip&Leg ♪ makiho	12:00~13:00 Basic ♪ 未定		12:30~13:30 Basic ♪ 未定
13:30	12:30~13:30 Basic ♪ 未定		12:30~13:30 Back&Arm ♪ makiho	13:30~14:30 Basic ♪ 未定	13:30~14:30 Waist ♪ makiho		
15:00				15:00~16:00 Release&Strength Yume	15:00~16:00 Basic ♪ 未定		
17:30	17:30~18:30 Basic ♪ 未定	17:30~18:30 Waist ♪ Mizuki.S	17:30~18:30 Hip&Leg ♪ Mizuki.S	17:30~18:30 Basic ♪ 未定			17:30~18:30 Basic ♪ 未定
19:00	19:00~20:00 Waist ♪ Mizuki.S	19:00~20:00 Basic ♪ 未定	19:00~20:00 Jump to Burn Yume				19:00~20:00 Release&Strength Yume
20:30	20:30~21:30 Pilates Barre Yume	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ makiho	20:30~21:30 Basic ♪ 未定				20:30~21:30 Waist ♪ Yume

♪：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月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。



pilates

# pilates K静岡店 Lesson Schedule

2024/10/16~2024/10/31

	10月16日(水)	10月17日(木)	10月18日(金)	10月19日(土)	10月20日(日)	10月21日(月)	10月22日(火)	10月23日(水)
10:30	10:30~11:30 Basic ♡ 未定		10:30~11:30 Waist ♡ Yume	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♡ Yume	10:30~11:30 Basic ♡ 未定	close	10:30~11:30 Basic ♡ 未定	10:30~11:30 Back&Arm ♡ Mizuki.S
12:00	12:30~13:30 Release&Strength Yume		12:30~13:30 Basic ♡ 未定	12:00~13:00 Basic ♡ 未定	12:00~13:00 Pilates Barre 未定		12:30~13:30 Hip&Leg ♡ Mizuki.S	12:30~13:30 Waist ♡ Mizuki.S
13:30				13:30~14:30 Hip&Leg ♡ Mizuki.S	13:30~14:30 Release&Strength Yume			
15:00				15:00~16:00 Jump to Burn Yume	15:00~16:00 Back&Arm ♡ Mizuki.S			
17:30	17:30~18:30 Hip&Leg ♡ Mizuki.S	17:30~18:30 Basic ♡ 未定	17:30~18:30 Back&Arm ♡ Mizuki.S	17:30~18:30 Waist ♡ Mizuki.S			17:30~18:30 Basic ♡ 未定	17:30~18:30 Stretch&Conditioning ♡ Yume
19:00	19:00~20:00 Back&Arm ♡ Mizuki.S	19:00~20:00 Release&Strength Yume	19:00~20:00 Basic ♡ 未定				19:00~20:00 Waist ♡ Mizuki.S	19:00~20:00 Basic ♡ 未定
20:30	20:30~21:30 Basic ♡ 未定	20:30~21:30 Waist ♡ Yume	20:30~21:30 Hip&Leg ♡ Mizuki.S				20:30~21:30 Pilates Barre Mizuki.S	20:30~21:30 Hip&Leg ♡ Yume

	10月24日(木)	10月25日(金)	10月26日(土)	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)
10:30		10:30~11:30 Back&Arm ♡ Mizuki.S	10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Mizuki.S	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♡ Yume	close	10:30~11:30 Release&Strength Yume	10:30~11:30 Basic ♡ 未定	
12:00		12:30~13:30 Waist ♡ Mizuki.S	12:00~13:00 Pilates Barre Mizuki.S	12:00~13:00 Basic ♡ 未定		12:30~13:30 Basic ♡ 未定	12:30~13:30 Hip&Leg ♡ Yume	
13:30			13:30~14:30 Basic ♡ 未定	13:30~14:30 Waist ♡ Yume				
15:00			15:00~16:00 Back&Arm ♡ Mizuki.S	15:00~16:00 Basic ♡ 未定				
17:30	17:30~18:30 Hip&Leg ♡ Yume	17:30~18:30 Basic ♡ 未定	17:30~18:30 Basic ♡ 未定			17:30~18:30 Waist ♡ Mizuki.S	17:30~18:30 Basic ♡ 未定	17:30~18:30 Back&Arm ♡ Mizuki.S
19:00	19:00~20:00 Waist ♡ Yume	19:00~20:00 Pilates Barre Yume				19:00~20:00 Hip&Leg ♡ Mizuki.S	19:00~20:00 Pilates Barre Mizuki.S	19:00~20:00 Basic ♡ 未定
20:30	20:30~21:30 Basic ♡ 未定	20:30~21:30 Release&Strength Yume				20:30~21:30 Basic ♡ 未定	20:30~21:30 Back&Arm ♡ Mizuki.S	20:30~21:30 Jump to Burn Yume

♡：体験可能レッスン

今月一緒にピラティスを楽しみましょう！

### STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：9:00~18:00

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）