

pilates K 柏店 【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール								2025/05/14	更新
06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mana.H		10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Akari	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg akane.t		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mana.H	10:30 ~ 11:30 Waist Mana.H	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg akane.t		
12:30 ~ 13:30 Hip&Leg akane.t		12:00 ~ 13:00 Basic asako.I	12:30 ~ 13:30 Release&Strength akane.t		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mana.H	12:00 ~ 13:00 Basic mei.o	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Mana.H		
14:30 ~ 15:30 Basic mei.o		13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Akari			13:30 ~ 14:30 Basic asako.I	13:30 ~ 14:30 Advance hiyo	14:30 ~ 15:30 Stretch&Conditioning akane.t		
16:30 ~ 17:30 jump to burn akane.t						15:00 ~ 16:00 Back & Arm Mana.H	16:30 ~ 17:30 Waist Mana.H		
		18:00 ~ 19:00 Hip&Leg hiyo	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Mana.H	18:00 ~ 19:00 jump to burn akane.t	18:00 ~ 19:00 Release&Strength akane.t	17:30 ~ 18:30 Basic asako.I			
		19:30 ~ 20:30 Shape up waist Mana.H	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre hiyo	19:30 ~ 20:30 Basic asako.I	19:30 ~ 20:30 Body Balance hiyo				
		21:00 ~ 22:00 Body Balance hiyo	21:00 ~ 22:00 Waist Mana.H	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg akane.t	21:00 ~ 22:00 Basic akane.t				

pilates K 柏店 【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール								2025/05/14	更新
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
	10:30 ~ 11:30 Basic mei.o	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Mana.H		10:30 ~ 11:30 Waist Mana.H	10:30 ~ 11:30 Body Balance hiyo	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout hiyo			
	12:00 ~ 13:00 Waist akane.t	12:30 ~ 13:30 Basic mei.o		12:00 ~ 13:00 Advance hiyo	12:00 ~ 13:00 Waist Mana.H	12:30 ~ 13:30 Basic asako.I			
	13:30 ~ 14:30 jump to burn akane.t			13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Mana.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm hiyo	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg akane.t			
					15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Mana.H	16:30 ~ 17:30 Basic mei.o			
	18:00 ~ 19:00 Advance hiyo	18:00 ~ 19:00 Waist hiyo	18:00 ~ 19:00 Basic mei.o	18:00 ~ 19:00 jump to burn akane.t	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg hiyo				
	19:30 ~ 20:30 Basic asako.I	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg hiyo	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Mana.H	19:30 ~ 20:30 Basic mei.o					
	21:00 ~ 22:00 Back&Arm hiyo	21:00 ~ 22:00 Basic asako.I	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Mana.H	21:00 ~ 22:00 Release&Strength akane.t					

：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 K 柏店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/05/14 更新	
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mana.H	10:30 ~ 11:30 Basic mei.o		10:30 ~ 11:30 jump to burn akane.t	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning akane.t	10:30 ~ 11:30 Basic 未定		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg akane.t
12:00 ~ 13:00 Basic mei.o	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg hiyo		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mana.H	12:00 ~ 13:00 Basic mei.o	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mana.H		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Mana.H
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mana.H			13:30 ~ 14:30 Release & Strength akane.t	13:30 ~ 14:30 jump to burn akane.t	14:30 ~ 15:30 Advance hiyo		13:30 ~ 14:30 Basic 未定
				15:00 ~ 16:00 Basic mei.o	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Mana.H		
18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Akari	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg hiyo	18:00 ~ 19:00 Basic mei.o	17:30 ~ 18:30 Pilates Workout hiyo			18:00 ~ 19:00 Waist hiyo
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Akari	19:30 ~ 20:30 Advance hiyo	19:30 ~ 20:30 Basic mei.o	19:30 ~ 20:30 Shape up waist hiyo				19:30 ~ 20:30 Basic mei.o
21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Waist Mana.H	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Mana.H	21:00 ~ 22:00 Body Balance hiyo				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg hiyo

pilates K 柏店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/05/14 更新	
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Waist Mana.H		10:30 ~ 11:30 Shape up waist hiyo	10:30 ~ 11:30 Basic mei.o	10:30 ~ 11:30 Waist akane.t			
12:30 ~ 13:30 jump to burn akane.t		12:00 ~ 13:00 Basic mei.o	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg hiyo	12:30 ~ 13:30 Basic mei.o			
		13:30 ~ 14:30 Waist hiyo	13:30 ~ 14:30 Basic 未定	14:30 ~ 15:30 Release & Strength akane.t			
			15:00 ~ 16:00 jump to burn akane.t	16:30 ~ 17:30 Basic mei.o			
18:00 ~ 19:00 Body Balance hiyo	18:00 ~ 19:00 Release & Strength akane.t	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mana.H	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Mana.H				
19:30 ~ 20:30 Back & Arm hiyo	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg akane.t	19:30 ~ 20:30 Basic 未定					
21:00 ~ 22:00 Basic mei.o	21:00 ~ 22:00 Waist Mana.H	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mana.H					

- ・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。