



pilates

pilates K 亀有店 Lesson Schedule

更新日2024/8/15

2024/9/1~2024/9/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	9月1日(日)	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)	9月8日(日)
10:30	10:30~11:30 Waist 📌 karin.M	close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📌 yumeno	10:30~11:30 Basic 📌 karin.M		10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Aiko	10:30~11:30 Basic 📌 karin.M	10:30~11:30 Back&Arm 📌 MOE.H
12:00	12:30~13:30 Back&Arm 📌 MOE.H		12:30~13:30 Basic 📌 karin.M	12:30~13:30 Waist 📌 Aiko		12:30~13:30 Basic 📌 karin.M	12:00~13:00 Jump to Burn yumeno	12:30~13:30 Hip&Leg 📌 Aiko
13:30	14:30~15:30 Basic 📌 karin.M						13:30~14:30 Waist 📌 karin.M	14:30~15:30 Back&Arm 📌 MOE.H
15:00	16:30~17:30 Back&Arm 📌 MOE.H						15:00~16:00 Stretch&Conditioning 📌 yumeno	16:30~17:30 Basic 📌 Aiko
17:00				18:00~19:00 Waist 📌 Aiko	18:00~19:00 Basic 📌 karin.M	18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Aiko	18:00~19:00 Back&Arm 📌 MOE.H	
18:00				19:30~20:30 Basic 📌 Aiko	19:30~20:30 Stretch&Conditioning 📌 yumeno	19:30~20:30 Back&Arm 📌 MOE.H	19:30~20:30 Basic 📌 karin.M	
19:30				21:00~22:00 Jump to Burn yumeno	21:00~22:00 Waist 📌 yumeno	21:00~22:00 Basic 📌 Aiko	21:00~22:00 Back&Arm 📌 MOE.H	
21:00								17:30~18:30 Back&Arm 📌 MOE.H

	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)
10:30	close	10:30~11:30 Waist 📌 Aiko	10:30~11:30 Jump to Burn yumeno		10:30~11:30 Basic 📌 karin.M	10:30~11:30 Back&Arm 📌 MOE.H	10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Aiko
12:00		12:30~13:30 Back&Arm 📌 MOE.H	12:30~13:30 Basic 📌 Aiko		12:30~13:30 Back&Arm 📌 MOE.H	12:00~13:00 Waist 📌 karin.M	12:30~13:30 Back&Arm 📌 MOE.H
13:30						13:30~14:30 Basic 📌 karin.M	14:30~15:30 Waist 📌 Aiko
15:00						15:00~16:00 Back&Arm 📌 MOE.H	16:30~17:30 Basic 📌 karin.M
17:00						17:30~18:30 Hip&Leg 📌 Aiko	
18:00			18:00~19:00 Hip&Leg 📌 yumeno	18:00~19:00 Back&Arm 📌 MOE.H	18:00~19:00 Waist 📌 Aiko	18:00~19:00 Jump to Burn yumeno	
19:30			19:30~20:30 Waist 📌 karin.M	19:30~20:30 Hip&Leg 📌 Aiko	19:30~20:30 Jump to Burn yumeno	19:30~20:30 Basic 📌 Aiko	
21:00			21:00~22:00 Stretch&Conditioning 📌 yumeno	21:00~22:00 Back&Arm 📌 MOE.H	21:00~22:00 Basic 📌 Aiko	21:00~22:00 Hip&Leg 📌 yumeno	

📌: 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 亀有店 Lesson Schedule

2024/9/16～2024/9/30

	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	9月22日(日)	9月23日(月)	
10:30	close	10:30～11:30 Back&Arm ♪ MOE.H	10:30～11:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno		10:30～11:30 Hip&Leg ♪ Aiko	10:30～11:30 Basic ♪ karin.M	10:30～11:30 Back&Arm ♪ MOE.H	close	
12:00						12:00～13:00 Hip&Leg ♪ Aiko	12:30～13:30 Waist ♪ karin.M		
13:30						12:30～13:30 Back&Arm ♪ MOE.H	13:30～14:30 Back&Arm ♪ MOE.H		14:30～15:30 Basic ♪ karin.M
15:00							15:00～16:00 Waist ♪ Aiko		16:30～17:30 Back&Arm ♪ MOE.H
17:00							17:30～18:30 Back&Arm ♪ MOE.H		
18:00			18:00～19:00 Basic ♪ karin.M	18:00～19:00 Waist ♪ Aiko	18:00～19:00 Hip&Leg ♪ Aiko	18:00～19:00 Back&Arm ♪ MOE.H			
19:30			19:30～20:30 Jump to Burn yumeno	19:30～20:30 Back&Arm ♪ MOE.H	19:30～20:30 Basic ♪ karin.M	19:30～20:30 Waist ♪ karin.M			
21:00			21:00～22:00 Waist ♪ karin.M	21:00～22:00 Basic ♪ Aiko	21:00～22:00 Back&Arm ♪ MOE.H	21:00～22:00 Basic ♪ karin.M			

	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	9月29日(日)	9月30日(月)
10:30	10:30～11:30 Waist ♪ Aiko	10:30～11:30 Back&Arm ♪ MOE.H		10:30～11:30 Back&Arm ♪ MOE.H	10:30～11:30 Hip&Leg ♪ Aiko	10:30～11:30 Basic ♪ karin.M	close
12:00					12:00～13:00 Back&Arm ♪ MOE.H	12:30～13:30 Waist ♪ Aiko	
13:30					12:30～13:30 Jump to Burn yumeno	13:30～14:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno	
15:00					13:30～14:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno	14:30～15:30 Back&Arm ♪ MOE.H	
17:00					15:00～16:00 Waist ♪ Aiko	16:30～17:30 Jump to Burn yumeno	
18:00	18:00～19:00 Basic ♪ karin.M	18:00～19:00 Stretch&Conditioning ♪ yumeno	18:00～19:00 Back&Arm ♪ MOE.H	18:00～19:00 Waist ♪ Aiko			
19:30	19:30～20:30 Hip&Leg ♪ Aiko	19:30～20:30 Basic ♪ Aiko	19:30～20:30 Waist ♪ Aiko	19:30～20:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno			
21:00	21:00～22:00 Waist ♪ karin.M	21:00～22:00 Jump to Burn yumeno	21:00～22:00 Back&Arm ♪ MOE.H	21:00～22:00 Basic ♪ Aiko			

♪: 体験可能レッスン

今月も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）