



pilates

pilates K 春日店 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	Close	Close	10:30~11:30 Hip&Leg 🇯 Kurumi	10:30~11:30 Back&Arm 🇯 Kalia		10:30~11:30 Basic 🇯 Kalia	10:30~11:30 Waist 🇯 Uka	Close	
12:00			12:30~13:30 Basic 🇯 yuriko.K	12:30~13:30 Waist 🇯 mai.K		12:30~13:30 Stretch&Conditioning 🇯 Kurumi	12:30~13:30 Hip&Leg 🇯 Kalia		
13:30									
15:00							14:30~15:30 Basic 🇯 Kurumi		
17:00							17:00~18:00 Back&Arm 🇯 Uka		
18:00				18:00~19:00 Basic 🇯 Kalia		18:00~19:00 Stretch&Conditioning 🇯 Kurumi	18:00~19:00 Basic 🇯 yuriko.K		18:00~19:00 Hip&Leg 🇯 Kurumi
19:30				20:30~21:30 Back&Arm 🇯 yuriko.K		20:30~21:30 Basic 🇯 Kalia	20:30~21:30 Hip&Leg 🇯 ririka		20:30~21:30 Basic 🇯 yuriko.K
21:00									

	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 Basic 🇯 Kalia	10:30~11:30 Hip&Leg 🇯 Kurumi		10:30~11:30 Back&Arm 🇯 yuriko.K	10:30~11:30 Hip&Leg 🇯 Uka	Close	
12:00		12:30~13:30 Waist 🇯 Uka	12:30~13:30 Back&Arm 🇯 yuriko.K		12:30~13:30 Basic 🇯 Uka	12:30~13:30 Back&Arm 🇯 Kalia		
13:30								
15:00						14:30~15:30 Waist 🇯 Uka		
17:00						17:00~18:00 Basic 🇯 Kalia		
18:00			18:00~19:00 Hip&Leg 🇯 Kurumi		18:00~19:00 Basic 🇯 Kurumi	18:00~19:00 Waist 🇯 Uka		18:00~19:00 Basic 🇯 yuriko.K
19:30			20:30~21:30 Basic 🇯 yuriko.K		20:30~21:30 Back&Arm 🇯 Kalia	20:30~21:30 Stretch&Conditioning 🇯 ririka		20:30~21:30 Waist 🇯 Uka
21:00								

🇯：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 春日店 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 Stretch&Conditioning 📌 Kurumi	10:30～11:30 Back&Arm 📌 Kalia		10:30～11:30 Basic 📌 Uka	10:30～11:30 Stretch&Conditioning 📌 Kurumi	Close	Close
12:00								
13:30		12:30～13:30 Hip&Leg 📌 Kalia	12:30～13:30 Basic 📌 Kurumi		12:30～13:30 Back&Arm 📌 Kalia	12:30～13:30 Basic 📌 Uka		
15:00						14:30～15:30 Hip&Leg 📌 Kurumi		
17:00						17:00～18:00 Waist 📌 Uka		
18:00		18:00～19:00 Basic 📌 Kurumi	18:00～19:00 Waist 📌 Uka	18:00～19:00 Back&Arm 📌 Kalia	18:00～19:00 Basic 📌 Kurumi			
19:30		20:30～21:30 Back&Arm 📌 Kalia	20:30～21:30 Hip&Leg 📌 Kurumi	20:30～21:30 Basic 📌 mai.K	20:30～21:30 Hip&Leg 📌 Kalia			
21:00								

	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 📌 Kalia	10:30～11:30 Back&Arm 📌 Kalia		10:30～11:30 Hip&Leg 📌 Kurumi	10:30～11:30 Back&Arm 📌 Uka	Close	Close
12:00	12:30～13:30 Basic 📌 Uka	12:30～13:30 Stretch&Conditioning 📌 Kurumi		12:30～13:30 Basic 📌 Kalia	12:30～13:30 Waist 📌 Kalia		
13:30					14:30～15:30 Basic 📌 Uka		
15:00					17:00～18:00 Hip&Leg 📌 Jun		
17:00							
18:00	18:00～19:00 Back&Arm 📌 Uka	18:00～19:00 Hip&Leg 📌 Kurumi	18:00～19:00 Basic 📌 Kalia	18:00～19:00 Waist 📌 Kalia			
19:30	20:30～21:30 Hip&Leg 📌 Kurumi	20:30～21:30 Basic 📌 Uka	20:30～21:30 Waist 📌 Kalia	20:30～21:30 Stretch&Conditioning 📌 ririka			
21:00							

📌: 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)