



pilates

# pilates K 亀有店 Lesson Schedule

更新日2024/9/15

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

	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 Pilates Barre Aiko	10:30~11:30 Hip&Leg Aiko		10:30~11:30 Basic karin.M	10:30~11:30 Back&Arm MOE.H	10:30~11:30 Waist karin.M	close	10:30~11:30 Basic karin.M
12:00					12:00~13:00 Pilates Barre Aiko	12:30~13:30 Hip&Leg Aiko		12:30~13:30 Waist Aiko
13:30	12:30~13:30 Basic karin.M	12:30~13:30 Jump to Burn yumeno		12:30~13:30 Back&Arm MOE.H	13:30~14:30 Waist karin.M	14:30~15:30 Basic karin.M		
15:00					15:00~16:00 Back&Arm MOE.H			
17:00						16:30~17:30 Pilates Barre Aiko		
18:00	18:00~19:00 Jump to Burn yumeno	18:00~19:00 Basic karin.M	18:00~19:00 Back&Arm MOE.H	18:00~19:00 Waist Aiko	17:30~18:30 Hip&Leg Aiko			18:00~19:00 Hip&Leg yumeno
19:30	19:30~20:30 Waist karin.M	19:30~20:30 Back&Arm MOE.H	19:30~20:30 Basic Aiko	19:30~20:30 Jump to Burn yumeno				19:30~20:30 Jump to Burn yumeno
21:00	21:00~22:00 Stretch&Conditioning yumeno	21:00~22:00 Waist karin.M	21:00~22:00 Pilates Barre Aiko	21:00~22:00 Hip&Leg Aiko				21:00~22:00 Back&Arm MOE.H

	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 Stretch&Conditioning yumeno		10:30~11:30 Pilates Barre Aiko	10:30~11:30 Jump to Burn yumeno	10:30~11:30 Back&Arm MOE.H	close	10:30~11:30 Waist karin.M
12:00				12:00~13:00 Hip&Leg yumeno	12:30~13:30 Basic karin.M		12:30~13:30 Back&Arm MOE.H
13:30	12:30~13:30 Basic karin.M		12:30~13:30 Back&Arm MOE.H	13:30~14:30 Back&Arm MOE.H	14:30~15:30 Back&Arm MOE.H		
15:00				15:00~16:00 Basic karin.M			
17:00				17:30~18:30 Back&Arm MOE.H	16:30~17:30 Waist karin.M		
18:00	18:00~19:00 Back&Arm MOE.H	18:00~19:00 Waist karin.M	18:00~19:00 Jump to Burn yumeno				18:00~19:00 Hip&Leg yumeno
19:30	19:30~20:30 Pilates Barre Aiko	19:30~20:30 Hip&Leg Aiko	19:30~20:30 Basic karin.M				19:30~20:30 Jump to Burn yumeno
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg Aiko	21:00~22:00 Basic karin.M	21:00~22:00 Stretch&Conditioning yumeno				21:00~22:00 Back&Arm MOE.H

・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

2024/10/16~2024/10/31

	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 karin.M		10:30~11:30 Back&Arm MOE.H	10:30~11:30 Stretch&Conditioning yumeno	10:30~11:30 Basic aika.K	close	10:30~11:30 Back&Arm MOE.H	10:30~11:30 Pilates Barre MOE.H
12:00	12:30~13:30 Jump to Burn yumeno		12:30~13:30 Hip&Leg yumeno	12:00~13:00 Back&Arm MOE.H	12:30~13:30 Back&Arm MOE.H		12:30~13:30 Basic 未定	12:30~13:30 Back&Arm MOE.H
13:30				13:30~14:30 Waist yumeno	14:30~15:30 Pilates Barre MOE.H			
15:00				15:00~16:00 Back&Arm MOE.H	16:30~17:30 Waist aika.K			
17:00				17:30~18:30 Jump to Burn yumeno				
18:00	18:00~19:00 Back&Arm MOE.H	18:00~19:00 Waist karin.M	18:00~19:00 Basic 未定				18:00~19:00 Stretch&Conditioning yumeno	18:00~19:00 Jump to Burn yumeno
19:30	19:30~20:30 Waist karin.M	19:30~20:30 Basic karin.M	19:30~20:30 Jump to Burn yumeno				19:30~20:30 Waist karin.M	19:30~20:30 Basic karin.M
21:00	21:00~22:00 Back&Arm MOE.H	21:00~22:00 Jump to Burn yumeno	21:00~22:00 Basic 未定				21:00~22:00 Hip&Leg yumeno	21:00~22:00 Waist karin.M

	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 Waist karin.M	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Jump to Burn yumeno	close	10:30~11:30 Pilates Barre MOE.H	10:30~11:30 Basic yumeno	
12:00		12:30~13:30 Stretch&Conditioning yumeno	12:00~13:00 Pilates Barre MOE.H	12:30~13:30 Waist karin.M		12:30~13:30 Back&Arm Misa.K	12:30~13:30 Hip&Leg yumeno	
13:30			13:30~14:30 Back&Arm MOE.H	14:30~15:30 Hip&Leg yumeno				
15:00			15:00~16:00 Waist karin.M	16:30~17:30 Basic karin.M				
17:00			17:30~18:30 Basic 未定					
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg yumeno	18:00~19:00 Basic karin.M				18:00~19:00 Back&Arm MOE.H	18:00~19:00 Waist karin.M	18:00~19:00 Basic karin.M
19:30	19:30~20:30 Basic Misaki.J	19:30~20:30 Pilates Barre MOE.H				19:30~20:30 Waist karin.M	19:30~20:30 Back&Arm MOE.H	19:30~20:30 Pilates Barre MOE.H
21:00	21:00~22:00 Waist yumeno	21:00~22:00 Back&Arm MOE.H				21:00~22:00 Basic karin.M	21:00~22:00 Pilates Barre MOE.H	21:00~22:00 Jump to Burn yumeno

## 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)