



pilates

# pilates K 川越店 Lesson Schedule

更新日2024/9/14

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 Basic ♪ Sakura.N	close	10:30~11:30 Jump to Burn Itsuki	10:30~11:30 Basic ♪ Yuuki		10:30~11:30 Pilates Barre Itsuki	10:30~11:30 Basic ♪ arisa.O	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Hanaka.Y
12:00	12:00~13:00 Waist ♪ Yuuki		12:30~13:30 Basic ♪ Sakura.N	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Itsuki		12:30~13:30 Basic ♪ Itsuki	12:00~13:00 Shape up Waist Yuuki	12:00~13:00 Basic ♪ Sakura.N
13:30	13:30~14:30 Back&Arm ♪ Sakura.N						13:30~14:30 Hip&Leg ♪ arisa.O	13:30~14:30 Waist ♪ Hanaka.Y
15:00	15:00~16:00 Basic ♪ Sena.K						15:00~16:00 Stretch&Conditioning ♪ Yuuki	15:00~16:00 Back&Arm ♪ Sakura.N
17:00							17:30~18:30 Back&Arm ♪ Yuuki	
18:00				18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ Yuuki	18:00~19:00 Basic ♪ Sakura.N	18:00~19:00 Waist ♪ Sena.K	18:00~19:00 Basic ♪ Mei.D	
19:30				19:30~20:30 Pilates Barre Itsuki	19:30~20:30 Shape up Waist Yuuki	19:30~20:30 Basic ♪ Sakura.N	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Itsuki	
21:00				21:00~22:00 Basic ♪ Yuuki	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Sakura.N	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Sena.K	21:00~22:00 Waist ♪ Mei.D	

	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 Stretch&Conditioning ♪ Itsuki	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Itsuki		10:30~11:30 Basic ♪ Sakura.N	10:30~11:30 Waist ♪ Yuuki	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Sakura.N
12:00		12:30~13:30 Pilates Barre Itsuki	12:30~13:30 Shape up Waist Yuuki		12:30~13:30 Jump to Burn Itsuki	12:00~13:00 Basic ♪ Sakura.N	12:00~13:00 Stretch&Conditioning ♪ Itsuki
13:30						13:30~14:30 Shape up Waist Yuuki	13:30~14:30 Basic ♪ Sakura.N
15:00						15:00~16:00 Back&Arm ♪ Sakura.N	15:00~16:00 Waist ♪ Itsuki
17:00						17:30~18:30 Basic ♪ Sakura.N	
18:00			18:00~19:00 Basic ♪ Sakura.N	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Sakura.N	18:00~19:00 Basic ♪ Yuuki	18:00~19:00 Waist ♪ Sena.K	
19:30			19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Hanaka.Y	19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuuki	19:30~20:30 Waist ♪ Yuuki	19:30~20:30 Basic ♪ Itsuki	
21:00			21:00~22:00 Back&Arm ♪ Hanaka.Y	21:00~22:00 Basic ♪ Sakura.N	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ Itsuki	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Sena.K	

♪: 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 川越店 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 Basic ♡ Yuuki	10:30~11:30 Waist ♡ Yuuki		10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Itsuki	10:30~11:30 Basic ♡ Sakura.N	10:30~11:30 Pilates Barre Itsuki	close
12:00						12:00~13:00 Waist ♡ Hanaka.Y	12:00~13:00 Back&Arm ♡ Sakura.N	
13:30		12:30~13:30 Jump to Burn Itsuki	12:30~13:30 Basic ♡ Sakura.N		12:30~13:30 Shape up Waist Yuuki	13:30~14:30 Back&Arm ♡ Sakura.N	13:30~14:30 Jump to Burn Itsuki	
15:00						15:00~16:00 Waist ♡ Hanaka.Y	15:00~16:00 Basic ♡ Sakura.N	
17:00						17:30~18:30 Hip&Leg ♡ Sakura.N		
18:00		18:00~19:00 Back&Arm ♡ Sakura.N	18:00~19:00 Jump to Burn Yuka	18:00~19:00 Hip&Leg ♡ arisa.O	18:00~19:00 Basic ♡ Sakura.N			
19:30		19:30~20:30 Waist ♡ Yuuki	19:30~20:30 Back&Arm ♡ Sakura.N	19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♡ Yuuki	19:30~20:30 Pilates Barre Itsuki			
21:00		21:00~22:00 Basic ♡ Sakura.N	21:00~22:00 Waist ♡ Yuka	21:00~22:00 Basic ♡ arisa.O	21:00~22:00 Back&Arm ♡ Sakura.N			

	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 Hip&Leg ♡ Itsuki	10:30~11:30 Basic ♡ Sakura.N		10:30~11:30 Pilates Barre Itsuki	10:30~11:30 Back&Arm ♡ Sakura.N	10:30~11:30 Basic ♡ arisa.O	close
12:00	12:30~13:30 Basic ♡ Itsuki	12:30~13:30 Back&Arm ♡ Sakura.N		12:30~13:30 Basic ♡ Itsuki	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ Sakura.N	12:00~13:00 Jump to Burn Itsuki	
13:30					13:30~14:30 Waist ♡ Hanaka.Y	13:30~14:30 Stretch&Conditioning ♡ Itsuki	
15:00					15:00~16:00 Basic ♡ Sakura.N	15:00~16:00 Hip&Leg ♡ arisa.O	
17:00					17:30~18:30 Waist ♡ Hanaka.Y		
18:00	18:00~19:00 Pilates Barre Itsuki	18:00~19:00 Hip&Leg ♡ Sakura.N	18:00~19:00 Basic ♡ Sakura.N	18:00~19:00 Hip&Leg ♡ Itsuki			
19:30	19:30~20:30 Basic ♡ Sakura.N	19:30~20:30 Waist ♡ Itsuki	19:30~20:30 Hip&Leg ♡ Itsuki	19:30~20:30 Back&Arm ♡ Sakura.N			
21:00	21:00~22:00 Back&Arm ♡ Sakura.N	21:00~22:00 Basic ♡ Itsuki	21:00~22:00 Back&Arm ♡ Sakura.N	21:00~22:00 Basic ♡ Sakura.N			

♡: 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)