



pilates

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