



pilates

pilates K 銀座店 Lesson Schedule

更新日2020/6/6

2020/6/1~2020/6/15

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)	6月8日(月)
10:00	close							close
11:30		10:30~11:30 Strech&Conditioning Misa	10:30~11:30 Waist Rico		10:30~11:30 Basic Naco	10:30~11:30 Basic Naco	10:30~11:30 Waist Rico	
13:00		12:00~13:00 Back&Arm Rico	12:00~13:00 Basic Naco		12:00~13:00 Jump To Burn Ayumi	12:00~13:00 Hip&Leg Ayumi	12:00~13:00 Advance (members only) Misa	
14:30			13:30~14:30 Hip&Leg Rico			13:30~14:30 Back&Arm Rico	13:30~14:30 Basic Naco	
17:00						15:00~16:00 Jump To Burn Ayumi	15:00~16:00 Strech&Conditioning Rico	
18:00		18:00~19:00 Hip&Leg Ayumi		18:00~19:00 Basic Ayumi	18:00~19:00 Strech&Conditioning Misa	16:30~17:30 Basic Naco	18:00~19:00 Waist Rico	
19:30		19:30~20:30 Basic Naco	19:00~20:00 Basic Naco	19:30~20:30 Advance (members only) Misa	19:30~20:30 Pilates Workout Rico	18:00~19:00 Waist Rico		
21:00		21:00~22:00 Waist Ayumi	20:30~21:30 Jump To Burn Ayumi	21:00~22:00 Hip&Leg Ayumi	21:00~22:00 Back&Arm Misa			

	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)	6月14日(日)	6月15日(月)
10:00							close
11:30	10:30~11:30 Basic Naco	10:30~11:30 Back&Arm Misa		10:30~11:30 Hip&Leg Rico	10:30~11:30 Basic Naco	10:30~11:30 Back&Arm Misa	
13:00	12:00~13:00 Hip&Leg Ayumi	12:00~13:00 Basic Naco		12:00~13:00 Basic Naco	12:00~13:00 Waist Ayumi	12:00~13:00 Basic Rico	
14:30	13:30~14:30 Advance (members only) Misa			13:30~14:30 Waist Rico	13:30~14:30 Strech&Conditioning Rico	13:30~14:30 Jump To Burn Ayumi	
17:00					15:00~16:00 Basic Naco	15:00~16:00 Hip&Leg Rico	
18:00		18:00~19:00 Strech&Conditioning Rico	18:00~19:00 Advance (members only) Misa		16:30~17:30 Hip&Leg Ayumi		
19:30	19:00~20:00 Jump To Burn Ayumi	19:30~20:30 Waist Ayumi	19:00~20:00 Basic Naco	19:00~20:00 Basic Naco	18:00~19:00 Pilates Workout Rico		
21:00	20:30~21:30 Basic Rico	21:00~22:00 Hip&Leg Rico	21:00~22:00 Strech&Conditioning Misa	20:30~21:30 Back&Arm Misa			

- ・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 銀座店 Lesson Schedule

2020/6/16～2020/6/30

	6月16日(火)	6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	6月20日(土)	6月21日(日)	6月22日(月)	6月23日(火)
10:00							close	
	10:30～11:30 Hip&Leg Ayumi	10:30～11:30 Advance (members only) Misa		10:30～11:30 Basic Uki	10:30～11:30 Waist Rico	10:30～11:30 Strech&Conditioning Misa		10:30～11:30 Waist Rico
11:30	12:00～13:00 Basic Misa	12:00～13:00 Misa		12:00～13:00 Pilates Workout Rico	12:00～13:00 Basic Misa	12:00～13:00 Hip&Leg Ayumi		12:00～13:00 Basic Naco
13:00		13:30～14:30 Waist Ayumi			13:30～14:30 Hip&Leg Ayumi	13:30～14:30 Basic Naco		13:30～14:30 Pilates Workout Uki
14:30		13:30～14:30 Strech&Conditioning Misa			15:00～16:00 Advance (members only) Misa	15:00～16:00 Waist Ayumi		
17:00					17:30～18:30 Basic Rico			
18:00	18:00～19:00 Back&Arm Ayumi	19:00～20:00 Pilates Workout Rico	18:00～19:00 Hip&Leg Rico	18:00～19:00 Basic Naco				19:00～20:00 Jump To Burn Ayumi
19:30	19:30～20:30 Waist Rico	20:30～21:30 Basic Naco	19:30～20:30 Basic Naco	19:30～20:30 Back&Arm Misa				20:30～21:30 Advance (members only) Misa
21:00	21:00～22:00 Basic Naco		21:00～22:00 Waist Rico	21:00～22:00 Jump To Burn Ayumi				

	6月24日(水)	6月25日(木)	6月26日(金)	6月27日(土)	6月28日(日)	6月29日(月)	6月30日(火)
10:00						close	
	10:30～11:30 Basic Naco		10:30～11:30 Back&Arm Misa	10:30～11:30 Hip&Leg Ayumi	10:30～11:30 Waist Rico		10:30～11:30 Waist Ayumi
11:30	12:00～13:00 Hip&Leg Uki		12:00～13:00 Basic Naco	12:00～13:00 Basic Naco	12:00～13:00 Back&Arm Misa		12:00～13:00 Basic Rico
13:00			13:30～14:30 Strech&Conditioning Misa	13:30～14:30 Waist Rico	13:30～14:30 Basic Naco		
14:30				15:00～16:00 Jump To Burn Ayumi	15:00～16:00 Hip&Leg Rico		
17:00				17:30～18:30 Basic Uki			
18:00	18:00～19:00 Waist Rico	18:00～19:00 Jump To Burn Ayumi					18:00～19:00 Basic Ayumi
19:30	19:30～20:30 Back&Arm Ayumi	19:30～20:30 Advance (members only) Misa	19:00～20:00 Basic Naco				19:30～20:30 Strech&Conditioning Misa
21:00	21:00～22:00 Strech&Conditioning Misa	21:00～22:00 Basic Ayumi	20:30～21:30 Hip&Leg Rico				21:00～22:00 Pilates Workout Rico

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）