



pilates

pilates K 川崎店 Lesson Schedule

更新日2023/2/3

2023/3/1~2022/3/15

	3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)	3月4日(土)	3月5日(日)	3月6日(月)	3月7日(火)	3月8日(水)	
10:30	10:30~11:30 Basic Rico		10:30~11:30 Hip&Leg Mai	10:30~11:30 Back&Arm urara	10:30~11:30 Waist Saya	Close	10:30~11:30 Basic Chinatsu	10:30~11:30 Back&Arm urara	
12:00									
13:00	12:30~13:30 Back&Arm Saya		12:30~13:30 Basic Rico	12:30~13:30 Basic Mai	12:30~13:30 Hip&Leg misaki			12:30~13:30 Stretch&Conditioning urara	12:30~13:30 Waist Saya
14:00				14:30~15:30 Waist Rico	14:30~15:30 Basic Mai				
17:00				17:00~18:00 Back&Arm urara	16:30~17:30 Stretch&Conditioning Saya				
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Mai	18:00~19:00 Basic urara	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Saya					18:00~19:00 Back&Arm Rico	18:00~19:00 Basic Mai
19:30									
21:00	20:30~21:30 Basic urara	20:30~21:30 Hip&Leg Saya	20:30~21:30 Waist Rico					20:30~21:30 Basic Mai	20:30~21:30 Hip&Leg Rico

	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)	3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)	
10:30		10:30~11:30 Stretch&Conditioning Saya	10:30~11:30 Basic Mai	10:30~11:30 Back&Arm Rico	Close	10:30~11:30 Back&Arm Rico	10:30~11:30 Hip&Leg misaki	
12:00								
13:00		12:30~13:30 Hip&Leg Mai	12:30~13:30 Stretch&Conditioning urara	12:30~13:30 Hip&Leg Saki			12:30~13:30 Basic urara	12:30~13:30 Waist Rico
15:00			14:30~15:30 Waist Rico	14:30~15:30 Basic Mai				
17:00			17:00~18:00 Basic Mai	16:30~17:30 Waist Rico				
18:00	18:00~19:00 Back&Arm urara	18:00~19:00 Basic Rico					18:00~19:00 Hip&Leg Mai	18:00~19:00 Back&Arm Saya
19:30								
21:00	20:30~21:30 Basic Mai	20:30~21:30 Back&Arm urara					20:30~21:30 Waist yumeno	20:30~21:30 Basic urara

- ・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 川崎店 Lesson Schedule

2023/3/16~2023/3/31

	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)	3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)	3月22日(水)	3月23日(木)	
10:30		10:30~11:30 Basic urara	10:30~11:30 Waist Rico	10:30~11:30 Basic Rico	Close	10:30~11:30 Back&Arm urara	10:30~11:30 Basic Rico		
12:00									
13:00		12:30~13:30 Back&Arm Rico	12:30~13:30 Basic urara	12:30~13:30 Hip&Leg yumeno			12:30~13:30 Basic Saya	12:30~13:30 Stretch&Conditioning urara	
14:00									
			14:30~15:30 Hip&Leg Mai	14:30~15:30 Stretch&Conditioning urara			14:30~15:30 Basic Mai		
				16:30~17:30			16:30~17:30		
17:00			17:00~18:00 Basic Rico	16:30~17:30 Waist Rico			16:30~17:30 Hip&Leg Saya		
18:00	18:00~19:00 Waist yumeno	18:00~19:00 Hip&Leg Mai					18:00~19:00 Back&Arm Saya	18:00~19:00 Hip&Leg Mai	
19:30									
	20:30~21:30 Basic Mai	20:30~21:30 Stretch&Conditioning Saki					20:30~21:30 Basic Mai	20:30~21:30 Waist Saya	
21:00									

	3月24日(金)	3月25日(土)	3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)	
10:30	10:30~11:30 Back&Arm urara	10:30~11:30 Stretch&Conditioning urara	10:30~11:30 Hip&Leg Saya	Close	10:30~11:30 Waist Mai	10:30~11:30 Back&Arm urara		10:30~11:30 Waist Mai	
12:00									
13:00	12:30~13:30 Waist Mai	12:30~13:30 Basic yumeno	12:30~13:30 Waist Mai			12:30~13:30 Stretch&Conditioning urara	12:30~13:30 Basic Mai		12:30~13:30 Basic Rico
15:00									
		14:30~15:30 Hip&Leg Rico	14:30~15:30 Back&Arm urara						
			16:30~17:30						
17:00		17:00~18:00 Back&Arm Rico	16:30~17:30 Basic Mai						
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Saya				18:00~19:00 Waist Saya	18:00~19:00 Basic Rico	18:00~19:00 Hip&Leg Mai	18:00~19:00 Back&Arm urara	
19:30									
	20:30~21:30 Basic Mai				20:30~21:30 Basic urara	20:30~21:30 Hip&Leg Mai	20:30~21:30 Stretch&Conditioning 未定	20:30~21:30 Waist Rico	
21:00									

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）