



pilates

pilates K オリナス錦糸町店 Lesson Schedule

更新日2023/5/18

2023/5/1~2023/5/15

	5月1日(月)	5月2日(火)	5月3日(水)	5月4日(木)	5月5日(金)	5月6日(土)	5月7日(日)	5月8日(月)	
10:30	Close	10:30~11:30 Back&Arm Suzuka	10:30~11:30 Hip&Leg Momo	10:30~11:30 Basic Suzuka	10:30~11:30 Back&Arm una	10:30~11:30 Basic una	10:30~11:30 Back&Arm una	Close	
12:00									
13:30		12:30~13:30 Basic una	12:30~13:30 Stretch&Conditioning Suzuka	12:30~13:30 Waist haruna	12:30~13:30 Basic Suzuka	12:30~13:30 Basic Suzuka	12:30~13:30 Hip&Leg Lin		12:30~13:30 Waist Lin
15:00									
			14:30~15:30 Back&Arm Lin	14:30~15:30 Basic una	14:30~15:30 Waist Lin	14:30~15:30 Basic haruna	14:30~15:30 Basic haruna		14:30~15:30 Hip&Leg Momo
17:00			17:00~18:00 Basic haruna	17:00~18:00 Hip&Leg Momo	17:00~18:00 Basic haruna	17:00~18:00 Basic haruna	17:00~18:00 Back&Arm Momo		16:30~17:30 Basic una
18:00			18:00~19:00 Hip&Leg Lin						
19:30									
21:00			20:30~21:30 Waist haruna						

	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)	5月13日(土)	5月14日(日)	5月15日(月)	
10:30	10:30~11:30 Basic una	10:30~11:30 Waist Lin	Close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Suzuka	10:30~11:30 Hip&Leg Momo	10:30~11:30 Basic una	Close	
12:00								
13:30	12:30~13:30 Hip&Leg Lin	12:30~13:30 Basic una		12:30~13:30 Waist haruna	12:30~13:30 Basic haruna	12:30~13:30 Basic haruna		12:30~13:30 Waist haruna
15:00						14:30~15:30 Back&Arm una		14:30~15:30 Stretch&Conditioning Suzuka
17:00						17:00~18:00 Waist Lin		16:30~17:30 Hip&Leg Momo
18:00	18:00~19:00 Basic haruna	18:00~19:00 Hip&Leg Momo		18:00~19:00 Waist Lin	18:00~19:00 Basic una			
19:30								
21:00	20:30~21:30 Back&Arm Momo	20:30~21:30 Stretch&Conditioning Suzuka		20:30~21:30 Basic una	20:30~21:30 Hip&Leg Lin			

- ・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 オリナス錦糸町店 Lesson Schedule

2023/5/16~2023/5/31

	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)	5月20日(土)	5月21日(日)	5月22日(月)	5月23日(火)	
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg Lin	10:30~11:30 Basic Lin		10:30~11:30 Hip&Leg Lin	10:30~11:30 Waist haruna	10:30~11:30 Hip&Leg Momo	Close	10:30~11:30 Hip&Leg Suzuka	
12:00									
13:30	12:30~13:30 Basic una	12:30~13:30 Waist haruna		12:30~13:30 Basic una	12:30~13:30 Back&Arm una	12:30~13:30 Basic Lin			12:30~13:30 Back&Arm Momo
15:00						14:30~15:30 Basic Momo		14:30~15:30 Back&Arm una	
								16:30~17:30 Waist haruna	
17:00						17:00~18:00 Hip&Leg Lin			
18:00	18:00~19:00 Back&Arm una	18:00~19:00 Waist haruna		18:00~19:00 Basic Momo	18:00~19:00 Back&Arm Suzuka				18:00~19:00 Basic una
19:30									19:30~20:30 Back&Arm una
21:00	20:30~21:30 Basic Suzuka	20:30~21:30 Hip&Leg Momo		20:30~21:30 Stretch&Conditioning Suzuka	20:30~21:30 Waist haruna				21:00~22:00 Waist haruna

	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月27日(土)	5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)		
10:30	10:30~11:30 Back&Arm Momo		10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Hip&Leg Momo	10:30~11:30 Basic Suzuka	Close	10:30~11:30 Waist haruna	10:30~11:30 Basic runa		
12:00										
13:30	12:30~13:30 Basic 未定		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Suzuka	12:30~13:30 Basic Akari	12:30~13:30 Waist haruna		12:30~13:30 Basic Momo	12:30~13:30 Hip&Leg Suzuka	12:30~13:30 Waist haruna	
15:00							14:30~15:30 Waist Lin	14:30~15:30 Hip&Leg Momo		
								16:30~17:30 Basic runa		
17:00							17:00~18:00 Back&Arm una			
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Lin		18:00~19:00 Basic haruna	18:00~19:00 Waist Lin					18:00~19:00 Back&Arm una	18:00~19:00 Back&Arm una
19:30	19:30~20:30 Waist haruna		19:30~20:30 Hip&Leg Suzuka	20:30~21:30					19:30~20:30 Stretch&Conditioning Suzuka	
21:00	21:00~22:00 Basic 未定		21:00~22:00 Back&Arm Momo	Basic 未定				20:30~21:30 Basic Akari	21:00~22:00 Hip&Leg Lin	

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）