

pilates

# pilates K 吉祥寺店 Lesson Schedule

更新日2023/6/15

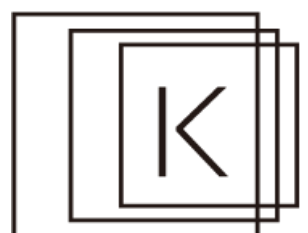
2023/7/1~2023/7/15

	7月1日(土)	7月2日(日)	7月3日(月)	7月4日(火)	7月5日(水)	7月6日(木)	7月7日(金)	7月8日(土)		
10:30	10:30~11:30 Basic runa	10:30~11:30 Hip&Leg rina	close	10:30~11:30 Back&Arm 未確定	10:30~11:30 Basic rina		10:30~11:30 Basic runa	10:30~11:30 Back&Arm una		
12:00										
12:30	12:30~13:30 Waist Yuka	12:30~13:30 Basic una		12:30~13:30 Basic rina	12:30~13:30 Hip&Leg rina		12:30~13:30 Back&Arm una	12:30~13:30 Back&Arm una	12:30~13:30 Basic una	
13:30										
14:30	14:30~15:30 Back&Arm 未確定	14:30~15:30 Waist Yuka							14:30~15:30 Stretch&Conditioning rina	
		16:30~17:30 Stretch&Conditioning rina								
17:30	17:00~18:00 Basic una								17:00~18:00 Hip&Leg runa	
19:00					18:00~19:00 Basic runa		18:00~19:00 Back&Arm 未確定	18:00~19:00 Basic runa	18:00~19:00 Hip&Leg runa	
20:30										
21:30					20:30~21:30 Hip&Leg rina		20:30~21:30 Basic runa	20:30~21:30 Waist Yuka	20:30~21:30 Basic rina	

	7月9日(日)	7月10日(月)	7月11日(火)	7月12日(水)	7月13日(木)	7月14日(金)	7月15日(土)		
10:30	10:30~11:30 Basic rina	close	10:30~11:30 Basic runa	10:30~11:30 Hip&Leg runa		10:30~11:30 Back&Arm 未確定	10:30~11:30 Stretch&Conditioning rina		
12:00									
12:30	12:30~13:30 Hip&Leg runa		12:30~13:30 Back&Arm 未確定	12:30~13:30 Stretch&Conditioning rina		12:30~13:30 Waist Riri	12:30~13:30 Hip&Leg runa	12:30~13:30 Hip&Leg runa	
13:30									
14:30	14:30~15:30 Basic runa							14:30~15:30 Basic rina	
	16:30~17:30 Back&Arm 未確定								
17:30								17:00~18:00 Back&Arm una	
19:00				18:00~19:00 Stretch&Conditioning rina		18:00~19:00 Basic una	18:00~19:00 Back&Arm 未確定	18:00~19:00 Basic runa	
20:30									
21:30				20:30~21:30 Basic una		20:30~21:30 Back&Arm 未確定	20:30~21:30 Basic una	20:30~21:30 Hip&Leg rina	

- ・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 吉祥寺店 Lesson Schedule

2023/7/16～2023/7/31

	7月16日(日)	7月17日(月)	7月18日(火)	7月19日(水)	7月20日(木)	7月21日(金)	7月22日(土)	7月23日(日)	
10:30	10:30～11:30 Basic runa	close	10:30～11:30 Back&Arm 未確定	10:30～11:30 Basic runa		10:30～11:30 Hip&Leg rina	10:30～11:30 Basic haruna	10:30～11:30 Stretch&Conditioning rina	
12:00									
12:30	12:30～13:30 Waist haruna		12:30～13:30 Hip&Leg runa	12:30～13:30 Back&Arm 未確定			12:30～13:30 Waist haruna	12:30～13:30 Stretch&Conditioning rina	12:30～13:30 Basic rina
13:30									
14:30	14:30～15:30 Basic Mai							14:30～15:30 Waist haruna	14:30～15:30 Hip&Leg runa
16:30	16:30～17:30 Hip&Leg runa								16:30～17:30 Back&Arm 未確定
17:30								17:00～18:00 Hip&Leg runa	
19:00				18:00～19:00 Basic Mai	18:00～19:00 Stretch&Conditioning rina	18:00～19:00 Waist haruna	18:00～19:00 Back&Arm 未確定		
20:30									
21:30				20:30～21:30 Waist Mai	20:30～21:30 Basic haruna	20:30～21:30 Back&Arm 未確定	20:30～21:30 Basic runa		

	7月24日(月)	7月25日(火)	7月26日(水)	7月27日(木)	7月28日(金)	7月29日(土)	7月30日(日)	7月31日(月)
10:30	close	10:30～11:30 Waist Mai	10:30～11:30 Stretch&Conditioning rina		10:30～11:30 Basic Mai	10:30～11:30 Back&Arm 未確定	10:30～11:30 Hip&Leg runa	close
12:00								
12:30		12:30～13:30 Basic rina	12:30～13:30 Waist haruna		12:30～13:30 Back&Arm 未確定	12:30～13:30 Hip&Leg Mai	12:30～13:30 Back&Arm 未確定	
13:30								
14:30						14:30～15:30 Stretch&Conditioning 未確定	14:30～15:30 Basic runa	
16:30							16:30～17:30 Waist haruna	
17:30						17:00～18:00 Basic Mai		
19:00			18:00～19:00 Back&Arm 未確定	18:00～19:00 Hip&Leg runa	18:00～19:00 Basic runa	18:00～19:00 Waist Mai		
20:30								
21:30			20:30～21:30 Basic haruna	20:30～21:30 Back&Arm 未確定	20:30～21:30 Waist haruna	20:30～21:30 Hip&Leg runa		

**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）