

pilates

pilates K 八王子店 Lesson Schedule

更新日2023/7/15

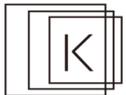
2023/8/1~2023/8/15

	8月1日(火)	8月2日(水)	8月3日(木)	8月4日(金)	8月5日(土)	8月6日(日)	8月7日(月)	8月8日(火)
10:30	close							
12:00								
13:30								
14:30								
17:30								
19:00								
20:30								
21:30								

	8月9日(水)	8月10日(木)	8月11日(金)	8月12日(土)	8月13日(日)	8月14日(月)	8月15日(火)
10:30	close	close	close	10:30~11:30 Basic rina	10:30~11:30 Stretch&Conditioning honoka	close	10:30~11:30 Back&Arm rina
12:00				12:30~13:30 Hip&Leg Rei	12:30~13:30 Waist Rei		12:30~13:30 Basic Yachi
13:30				14:30~15:30 Waist honoka	14:30~15:30 Basic honoka		
14:30				16:30~17:30 Back&Arm Yachi			
17:30				17:00~18:00 Basic Yachi			
19:00							18:00~19:00 Basic honoka
20:30							20:30~21:30 Hip&Leg Rei
21:30							

- ・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 八王子店 Lesson Schedule

2023/8/16～2023/8/31

	8月16日(水)	8月17日(木)	8月18日(金)	8月19日(土)	8月20日(日)	8月21日(月)	8月22日(火)	8月23日(水)	
10:30	10:30～11:30 Hip&Leg rina		10:30～11:30 Basic Rei	10:30～11:30 Back&Arm rina	10:30～11:30 Waist honoka	close	10:30～11:30 Back&Arm Yachi	10:30～11:30 Basic Yachi	
12:00									
12:30	12:30～13:30 Basic miyuki		12:30～13:30 Waist Rei	12:30～13:30 Basic Yachi	12:30～13:30 Back&Arm Yachi			12:30～13:30 Basic Yachi	12:30～13:30 Hip&Leg Rei
13:30									
14:30				14:30～15:30 Waist honoka	14:30～15:30 Basic honoka				
15:30									
16:30					16:30～17:30 Stretch&Conditioning Rei				
17:30				17:00～18:00 Basic Yachi					
18:00	18:00～19:00 Waist Rei	18:00～19:00 Basic kurumi	18:00～19:00 Back&Arm rina					18:00～19:00 Waist Rei	18:00～19:00 Basic rina
19:00									
20:30									
21:30	20:30～21:30 Back&Arm Yachi	20:30～21:30 Stretch&Conditioning honoka	20:30～21:30 Basic Yachi				20:30～21:30 Hip&Leg rina	20:30～21:30 Waist honoka	

	8月24日(木)	8月25日(金)	8月26日(土)	8月27日(日)	8月28日(月)	8月29日(火)	8月30日(水)	8月31日(木)	
10:30		10:30～11:30 Waist honoka	10:30～11:30 Hip&Leg Rei	10:30～11:30 Basic miyuki	close	10:30～11:30 Stretch&Conditioning Rei	10:30～11:30 Hip&Leg Rei		
12:00									
12:30		12:30～13:30 Back&Arm rina	12:30～13:30 Basic Yachi	12:30～13:30 Waist honoka			12:30～13:30 Hip&Leg Rei	12:30～13:30 Back&Arm Yachi	
13:30									
14:30			14:30～15:30 Back&Arm rina	14:30～15:30 Stretch&Conditioning Rei					
15:30									
16:30				16:30～17:30 Basic honoka					
17:30			17:00～18:00 Basic Rei						
18:00	18:00～19:00 Back&Arm rina	18:00～19:00 Basic Yachi					18:00～19:00 Basic rina	18:00～19:00 Stretch&Conditioning rina	18:00～19:00 Hip&Leg Rei
19:00									
20:30									
21:30	20:30～21:30 Basic kurumi	20:30～21:30 Hip&Leg Rei				20:30～21:30 Back&Arm Yachi	20:30～21:30 Basic Yachi	20:30～21:30 Waist honoka	

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）