



pilates

pilates K 川崎店 Lesson Schedule

更新日2023/7/30

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	10:30~11:30 Basic Hinaco	10:30~11:30 Back&Arm Saya		10:30~11:30 Hip&Leg Kanami	10:30~11:30 Body Balance (members only) Rico	10:30~11:30 Hip&Leg rina	Close	10:30~11:30 Shape up Waist (members only) Rico	
12:00					12:00~13:00 Basic Hinaco	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Rico			12:30~13:30 Basic Kanami
13:30	12:30~13:30 Advance (members only) Rico	12:30~13:30 Waist Hinaco			12:30~13:30 Jump to Burn Saya	13:30~14:30 Pilates Cardio Saya		13:30~14:30 Basic Kanami	
15:00						15:00~16:00 Advance (members only) Rico		15:00~16:00 Back&Arm rina	
17:00						17:30~18:30 Release&Strength Saya			
18:00	18:00~19:00 Release&Strength Saya	18:00~19:00 Jump to Burn Rico		18:00~19:00 Back&Arm Saya	18:00~19:00 Basic Hinaco				18:00~19:00 Pilates Cardio Rico
19:30	19:30~20:30 Hip&Leg Kanami	19:30~20:30 Basic Hinaco		19:30~20:30 Pilates Cardio Rico	19:30~20:30 Shape up Waist (members only) Saya				19:30~20:30 Waist Hinaco
21:00	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Saya	21:00~22:00 Body Balance (members only) Rico		21:00~22:00 Stretch&Conditioning Saya	21:00~22:00 Waist Hinaco				21:00~22:00 Jump to Burn Saya

	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	10:30~11:30 Hip&Leg Kanami		10:30~11:30 Pilates Cardio Saya	10:30~11:30 Hip&Leg Kanami	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Saya	Close	10:30~11:30 Basic Kanami	
12:00			12:00~13:00 Waist Hinaco	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Saya	12:00~13:00 Basic Kanami		12:30~13:30 Release&Strength Saya	
13:30	12:30~13:30 Body Balance (members only) Rico		13:30~14:30 Basic Kanami	13:30~14:30 Waist Hinaco	13:30~14:30 Shape up Waist (members only) Saya			
15:00			15:00~16:00 Release&Strength Saya	15:00~16:00 Back&Arm Saya	15:00~16:00 Hip&Leg Kanami			
17:00								
18:00	18:00~19:00 Waist Hinaco		18:00~19:00 Advance (members only) Saya	17:30~18:30 Hip&Leg Kanami	17:30~18:30 Basic Hinaco			18:00~19:00 Body Balance (members only) Rico
19:30	19:30~20:30 Back&Arm Saya		19:30~20:30 Basic Kanami					19:30~20:30 Waist Hinaco
21:00	21:00~22:00 Basic Hinaco		21:00~22:00 Jump to Burn Saya					21:00~22:00 Release&Strength Rico

- ・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時間前を切ったの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

2023/8/16~2023/8/31

	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 Pilates Workout (members only)		10:30~11:30 Waist Kanami	10:30~11:30 Pilates Cardio Saya	10:30~11:30 Basic Kanami	Close	10:30~11:30 Shape up Waist (members only)	10:30~11:30 Hip&Leg Kanami
12:00	Saya			12:00~13:00 Waist Hinaco	12:00~13:00 Advance (members only) Rico		Saki	
13:30	12:30~13:30 Hip&Leg Kanami		12:30~13:30 Basic Hinaco	13:30~14:30 Basic Kanami	13:30~14:30 Hip&Leg Kanami		12:30~13:30 Basic Kanami	12:30~13:30 Pilates Workout (members only) Rico
15:00				15:00~16:00 Back&Arm Saya	15:00~16:00 Body Balance (members only) Rico			
17:00				17:30~18:30 Hip&Leg Kanami				
18:00	18:00~19:00 Release&Strength Rico		18:00~19:00 Waist Hinaco	18:00~19:00 Back&Arm Rico			18:00~19:00 Waist Kanami	18:00~19:00 Basic Hinaco
19:30	19:30~20:30 Basic Hinaco		19:30~20:30 Pilates Cardio Saya	19:30~20:30 Jump to Burn Saya			19:30~20:30 Jump to Burn Saya	19:30~20:30 Back&Arm Saya
21:00	21:00~22:00 Shape up Waist (members only) Rico		21:00~22:00 Hip&Leg azu	21:00~22:00 Advance (members only) Rico			21:00~22:00 Stretch&Conditioning Hinaco	21:00~22:00 Waist Hinaco

	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 Hinaco	10:30~11:30 Hip&Leg Kanami	10:30~11:30 Pilates Cardio Saya	Close	10:30~11:30 Back&Arm Saya	10:30~11:30 Advance (members only) Saya		
12:00		12:30~13:30 Body Balance (members only) Rico	12:00~13:00 Advance (members only) Rico	12:00~13:00 Waist Kanami		12:30~13:30 Pilates Cardio Rico	12:30~13:30 Stretch&Conditioning Hinaco		
13:30			13:30~14:30 Basic Kanami	13:30~14:30 Release&Strength Saya					
15:00			15:00~16:00 Shape up Waist (members only) Rico	15:00~16:00 Basic Kanami					
17:00			17:30~18:30 Waist Hinaco						
18:00		18:00~19:00 Pilates Workout (members only) Saya	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Hinaco				18:00~19:00 Basic Kanami	18:00~19:00 Jump to Burn Kanna	18:00~19:00 Hip&Leg Kanami
19:30		19:30~20:30 Basic Hinaco	19:30~20:30 Shape up Waist (members only) Rico				19:30~20:30 Release&Strength Rico	19:30~20:30 Waist Kanami	19:30~20:30 Back&Arm Rico
21:00		21:00~22:00 Back&Arm Saya	21:00~22:00 Pilates Cardio Saya				21:00~22:00 Waist Kanami	21:00~22:00 Basic Kanna	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Saya

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）