



pilates

pilates K 吉祥寺店 Lesson Schedule

更新日2023/8/15

2023/9/1~2023/9/15

	9月1日(金)	9月2日(土)	9月3日(日)	9月4日(月)	9月5日(火)	9月6日(水)	9月7日(木)	9月8日(金)			
10:30	10:30~11:30 Basic haruna	10:30~11:30 Hip&Leg runa	10:30~11:30 Basic runa	close	10:30~11:30 Back&Arm Wakana	10:30~11:30 Hip&Leg runa		10:30~11:30 Pilates Workout (members only) 未確定			
12:00	12:30~13:30 Release&Strength Mai	12:00~13:00 Stretch&Conditioning haruna	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) 未確定		12:30~13:30 Stretch&Conditioning haruna	12:30~13:30 Back&Arm Wakana		12:30~13:30 Basic runa			
13:30		13:30~14:30 Basic runa	13:30~14:30 Hip&Leg runa								
15:00		15:00~16:00 Back&Arm Wakana	15:00~16:00 Release&Strength Mai								
17:00		17:30~18:30 Waist haruna									
18:00		18:00~19:00 Basic runa	18:00~19:00 Waist Mai						18:00~19:00 Basic haruna	18:00~19:00 Release&Strength Mai	18:00~19:00 Hip&Leg 未確定
19:30		19:30~20:30 Pilates Workout (members only) 未確定	19:30~20:30 Basic haruna						19:30~20:30 Hip&Leg Mai	19:30~20:30 Basic haruna	19:30~20:30 Basic runa
21:00		21:00~22:00 Hip&Leg runa	21:00~22:00 Release&Strength Mai						21:00~22:00 Waist haruna	21:00~22:00 Hip&Leg Mai	21:00~22:00 Back&Arm Wakana

	9月9日(土)	9月10日(日)	9月11日(月)	9月12日(火)	9月13日(水)	9月14日(木)	9月15日(金)			
10:30	10:30~11:30 Back&Arm Wakana	10:30~11:30 Hip&Leg 未確定	close	10:30~11:30 Waist haruna	10:30~11:30 Basic runa		10:30~11:30 Back&Arm Wakana			
12:00	12:00~13:00 Basic haruna	12:00~13:00 Waist haruna		12:30~13:30 Basic haruna	12:30~13:30 Hip&Leg 未確定		12:30~13:30 Stretch&Conditioning haruna			
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg 未確定	13:30~14:30 Basic runa								
15:00	15:00~16:00 Waist haruna	15:00~16:00 Back&Arm Wakana								
17:00	17:30~18:30 Stretch&Conditioning 未確定									
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg 未確定	18:00~19:00 Release&Strength Mai							18:00~19:00 Waist haruna	18:00~19:00 Basic runa
19:30	19:30~20:30 Back&Arm Wakana	19:30~20:30 Basic haruna							19:30~20:30 Pilates Workout (members only) 未確定	19:30~20:30 Hip&Leg Mai
21:00	21:00~22:00 Basic runa	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) 未確定							21:00~22:00 Basic runa	21:00~22:00 Waist Mai

- ・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

2023/9/16~2023/9/30

	9月16日(土)	9月17日(日)	9月18日(月)	9月19日(火)	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)	9月23日(土)	
10:30	10:30~11:30 Basic haruna	10:30~11:30 Basic haruna	close	10:30~11:30 Hip&Leg runa	10:30~11:30 Waist haruna		10:30~11:30 Basic runa	10:30~11:30 Hip&Leg 未確定	
12:00	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) 未確定	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Mai		12:00~13:00 Stretch&Conditioning 未確定	12:00~13:00 Basic haruna			12:00~13:00 Back&Arm Wakana	12:00~13:00 Basic runa
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg runa	13:30~14:30 Waist haruna		13:30~14:30 Basic haruna	13:30~14:30 Release&Strength Mai			13:30~14:30 Hip&Leg 未確定	13:30~14:30 Waist haruna
15:00	15:00~16:00 Release&Strength Mai	15:00~16:00 Back&Arm Mai							15:00~16:00 Basic haruna
	16:30~17:30 Waist haruna								16:30~17:30 Back&Arm Wakana
17:00	18:00~19:00 Basic runa				18:00~19:00 Pilates Workout (members only) 未確定				18:00~19:00 Hip&Leg runa
18:00					18:00~19:00 Back&Arm Mai	18:00~19:00 Basic kanami	18:00~19:00 Basic kanami	18:00~19:00 Release&Strength Mai	
19:30					19:30~20:30 Basic haruna	19:30~20:30 Hip&Leg runa	19:30~20:30 Back&Arm Wakana	19:30~20:30 Basic haruna	
21:00					21:00~22:00 Waist Mai	21:00~22:00 Basic runa	21:00~22:00 Waist haruna	21:00~22:00 Hip&Leg Mai	

	9月24日(日)	9月25日(月)	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)	9月29日(金)	9月30日(土)	
10:30	10:30~11:30 Back&Arm Mai	close	10:30~11:30 Basic Mai	10:30~11:30 Pilates Workout (members only)		10:30~11:30 Back&Arm Wakana	10:30~11:30 Basic haruna	
12:00	12:00~13:00 Basic runa		12:00~13:00 Waist 未確定	12:00~13:00 Saya	12:00~13:00 Basic runa		12:00~13:00 Waist haruna	12:00~13:00 Release&Strength Mai
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg Mai		13:30~14:30 Pilates Workout (members only) 未確定	13:30~14:30 Back&Arm Saya	13:30~14:30 Back&Arm Saya		13:30~14:30 Stretch&Conditioning haruna	13:30~14:30 Hip&Leg Mai
15:00	15:00~16:00 Waist 未確定							15:00~16:00 Back&Arm Wakana
								16:30~17:30 Pilates Workout (members only) 未確定
17:00						18:00~19:00 Waist 未確定		18:00~19:00 Waist haruna
18:00				18:00~19:00 Stretch&Conditioning haruna	18:00~19:00 Back&Arm Wakana	19:30~20:30 Basic runa	18:00~19:00 Basic runa	
19:30				19:30~20:30 Hip&Leg runa	19:30~20:30 Waist haruna	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) 未確定	19:30~20:30 Hip&Leg 未確定	
21:00				21:00~22:00 Basic haruna	21:00~22:00 Hip&Leg 未確定	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) 未確定	21:00~22:00 Stretch&Conditioning haruna	

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)