



pilates

pilates K 吉祥寺店 Lesson Schedule

更新日2023/9/15

2023/10/1~2023/10/15

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

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

- ・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

2023/10/16~2023/10/31

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

	10月24日(火)	10月25日(水)	10月26日(木)	10月27日(金)	10月28日(土)	10月29日(日)	10月30日(月)	10月31日(火)
10:30	10:30~11:30 Back&Arm Wakana	10:30~11:30 Basic 未確定		10:30~11:30 Basic 未確定	10:30~11:30 Hip&Leg Wakana	10:30~11:30 Jump to Burn Mai	Close	10:30~11:30 Basic 未確定
12:00	12:00~13:00 Basic runa	12:00~13:00 Body Balance (members only) Mai		12:00~13:00 Hip&Leg runa	12:00~13:00 Waist 未確定	12:00~13:00 Back&Arm Wakana		12:00~13:00 Release&Strength Mai
13:30	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) 未確定	13:30~14:30 Hip&Leg Mai		13:30~14:30 Waist 未確定	13:30~14:30 Back&Arm Wakana	13:30~14:30 Hip&Leg runa		13:30~14:30 Jump to Burn Mai
15:00	18:00~19:00 Jump to Burn Mai	18:00~19:00 Back&Arm Wakana		18:00~19:00 Pilates Workout (members only) Mai	18:00~19:00 Back&Arm Wakana	15:00~16:00 Hip&Leg runa		15:00~16:00 Basic 未確定
17:00	19:30~20:30 Waist Mai	19:30~20:30 Release&Strength Mai		19:30~20:30 Waist 未確定	19:30~20:30 Basic 未確定	16:30~17:30 Basic 未確定		18:30~19:30 Pilates Workout (members only) 未確定
18:00	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) 未確定	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) 未確定		21:00~22:00 Back&Arm Mai	21:00~22:00 Hip&Leg Wakana			18:00~19:00 Hip&Leg runa
19:30								19:30~20:30 Back&Arm Wakana
21:00								21:00~22:00 Waist 未確定

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）