



pilates

# pilates K 松戸店 Lesson Schedule

更新日2024/12/15

2024/2/1~2024/2/15

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

	2月9日(金)	2月10日(土)	2月11日(日)	2月12日(月)	2月13日(火)	2月14日(水)	2月15日(木)	
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg Uka	10:30~11:30 Basic asuka	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Akari	close	10:30~11:30 Hip&Leg runa	10:30~11:30 Basic Akari		
12:00	12:30~13:30 Basic asuka	12:30~13:30 Back&Arm Maaya	12:30~13:30 Waist Mao			12:30~13:30 Basic Akari	12:30~13:30 Waist Akari	
13:30								
15:00		14:30~15:30 Hip&Leg Akari	14:30~15:30 Back&Arm Mao					
17:00		17:00~18:00 Waist Maaya	17:00~18:00 Hip&Leg Akari					
18:00	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Akari					18:00~19:00 Waist asuka	18:00~19:00 Back&Arm Maaya	18:00~19:00 Hip&Leg Akari
19:30								
21:00	20:30~21:30 Basic asuka					20:30~21:30 Stretch&Conditioning asuka	20:30~21:30 Basic asuka	20:30~21:30 Waist Maaya

・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。