



pilates

pilates K 町田店 Lesson Schedule

更新日 2023/12/15

2024/1/1~2024/1/15

	1月1日(月)	1月2日(火)	1月3日(水)	1月4日(木)	1月5日(金)	1月6日(土)	1月7日(日)	1月8日(月)
10:30	close	close	10:30~11:30 Basic Haru		10:30~11:30 Release&Strength Sae	10:30~11:30 Back&Arm Haru	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) una	close
12:00			12:00~13:00 Hip&Leg Sae		12:30~13:30 Basic Haru	12:00~13:00 Waist Sae	12:00~13:00 Basic Natsume	
13:30			13:30~14:30 Stretch&Conditioning Yachi		18:00~19:00 Basic 未定	13:30~14:30 Basic 未定	13:30~14:30 Basic Yachi	
15:00			15:00~16:00 Waist Sae			15:00~16:00 Hip&Leg Yachi	15:00~16:00 Release&Strength Sae	
17:00			17:30~18:30 Back&Arm Yachi			17:30~18:30 Basic Sae		
18:00			19:30~20:30 Pilates Workout (members only) una			19:30~20:30 Basic Yachi		
19:30			21:00~22:00 Stretch&Conditioning Yachi			21:00~22:00 Back&Arm una		

	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)	1月13日(土)	1月14日(日)	1月15日(月)
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Yachi	10:30~11:30 Basic Natsume		10:30~11:30 Basic Haru	10:30~11:30 Hip&Leg Yachi	10:30~11:30 Basic Natsume	close
12:00	12:30~13:30 Basic Natsume	12:30~13:30 Hip&Leg Yachi		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Yachi	12:00~13:00 Back&Arm Haru	12:00~13:00 Hip&Leg Yachi	
13:30					13:30~14:30 Release&Strength Sae	13:30~14:30 Back&Arm Haru	
15:00					15:00~16:00 Basic Natsume	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Yachi	
17:00		18:00~19:00 Back&Arm Haru		18:00~19:00 Basic una	17:30~18:30 Pilates Workout (members only) una		
18:00	18:00~19:00 Release&Strength Sae	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) una		19:30~20:30 Back&Arm Haru	19:30~20:30 Hip&Leg Sae		
19:30	19:30~20:30 Back&Arm una			21:00~22:00 Hip&Leg Sae	21:00~22:00 Waist una		
21:00	21:00~22:00 Waist Sae	21:00~22:00 Basic Haru		21:00~22:00 Release&Strength Sae			

- ・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 町田店 Lesson Schedule

2024/1/16~2024/1/31

	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)	1月21日(日)	1月22日(月)	1月23日(火)	
10:30	10:30~11:30 Back&Arm Haru	10:30~11:30 Hip&Leg Yachi		10:30~11:30 Waist Haru	10:30~11:30 Basic Natsume	10:30~11:30 Back&Arm Yachi	close	10:30~11:30 Release&Strength Sae	
12:00					12:00~13:00 Waist Haru	12:00~13:00 Basic Haru			
	12:30~13:30 Stretch&Conditioning Yachi	12:30~13:30 Basic Haru		12:30~13:30 Back&Arm Haru				12:30~13:30 Basic Haru	
13:30					13:30~14:30 Hip&Leg Sae	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Yachi			
15:00					15:00~16:00 Back&Arm Haru	15:00~16:00 Waist Haru			
17:00					17:30~18:30 Release&Strength Sae				
18:00	18:00~19:00 Waist Sae	18:00~19:00 Hip&Leg Natsume	18:00~19:00 Release&Strength Sae	18:00~19:00 Basic Natsume					18:00~19:00 Hip&Leg Natsume
19:30	19:30~20:30 Basic Natsume	19:30~20:30 Release&Strength Sae	19:30~20:30 Basic Natsume	19:30~20:30 Waist Sae					19:30~20:30 Back&Arm Yachi
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg Sae	21:00~22:00 Basic Natsume	21:00~22:00 Waist Sae	21:00~22:00 Hip&Leg Natsume					21:00~22:00 Basic Natsume

	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)	1月27日(土)	1月28日(日)	1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)	
10:30	10:30~11:30 Basic Sae		10:30~11:30 Basic Haru	10:30~11:30 Release&Strength Sae	10:30~11:30 Waist Sae	close	10:30~11:30 Basic Sae	10:30~11:30 Hip&Leg Natsume	
12:00				12:00~13:00 Hip&Leg Natsume	12:00~13:00 Back&Arm Haru			12:30~13:30 Hip&Leg Natsume	12:30~13:30 Release&Strength Sae
	12:30~13:30 Waist Haru		12:30~13:30 Pilates Workout (members only) Yachi		13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Yachi				
13:30					13:30~14:30 Hip&Leg Sae				
15:00				15:00~16:00 Waist Sae	15:00~16:00 Basic Natsume				
17:00				17:30~18:30 Basic Natsume					18:00~19:00 Back&Arm Haru
18:00	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Yachi	18:00~19:00 Basic Natsume	18:00~19:00 Hip&Leg Natsume					18:00~19:00 Basic Yachi	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Yachi
19:30	19:30~20:30 Basic Natsume	19:30~20:30 Waist Haru	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Yachi					19:30~20:30 Waist Haru	
21:00	21:00~22:00 Back&Arm Yachi	21:00~22:00 Release&Strength Sae	21:00~22:00 Basic Natsume					21:00~22:00 Stretch&Conditioning Yachi	21:00~22:00 Basic Haru

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)