



pilates

pilates K 上大岡店 Lesson Schedule

更新日2024/1/4

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)	
10:00	close				close				
12:00		10:30~11:30 Waist Yuuna	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Yuuna	10:30~11:30 Hip&Leg Nanami.N		10:30~11:30 Waist Hinaco	10:30~11:30 Basic Akane.I		
13:30		12:30~13:30 Hip&Leg Nanami.N	12:30~13:30 Basic Akane.I	12:30~13:30 Stretch&Conditioning Hinaco		12:30~13:30 Basic Akane.I	12:30~13:30 Waist Yuuna		
15:00			14:30~15:30 Back&Arm Yuuna	14:30~15:30 Basic Akane.I					
16:00				16:30~17:30 Back&Arm Hinaco					
17:00			17:00~18:00 Waist Hinaco						
18:00			18:00~19:00 Back&Arm Hinaco				18:00~19:00 Hip&Leg Nanami.N	18:00~19:00 Back&Arm Hinaco	18:00~19:00 Hip&Leg Nanami.N
19:30			20:30~21:30 Basic Akane.I				20:30~21:30 Stretch&Conditioning Yuuna	20:30~21:30 Hip&Leg Nanami.N	20:30~21:30 Basic Akane.I
21:00									

	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				close			
12:00	10:30~11:30 Hip&Leg Nanami.N	10:30~11:30 Basic Akane.I	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Yuuna		10:30~11:30 Back&Arm Hinaco	10:30~11:30 Hip&Leg Nanami.N	
13:30	12:30~13:30 Waist Hinaco	12:30~13:30 Back&Arm Yuuna	12:30~13:30 Basic Hinaco		12:30~13:30 Waist Yuuna	12:30~13:30 Stretch&Conditioning Yuuna	
15:00		14:30~15:30 Waist Hinaco	14:30~15:30 Back&Arm Yuuna				
16:00			16:30~17:30 Waist Hinaco				
17:00		17:00~18:00 Stretch&Conditioning Hinaco					
18:00	18:00~19:00 Basic Akane.I				18:00~19:00 Basic Akane.I	18:00~19:00 Back&Arm Hinaco	18:00~19:00 Hip&Leg Nanami.N
19:30							
21:00	20:30~21:30 Back&Arm Yuuna				20:30~21:30 Hip&Leg Nanami.N	20:30~21:30 Basic Akane.I	20:30~21:30 Stretch&Conditioning Hinaco

- ・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 上大岡店 Lesson Schedule

更新日2024/1/5

2024/2/16~2024/2/29

	2月16日(金)	2月17日(土)	2月18日(日)	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)	2月23日(金)
10:00				close				
	10:30~11:30 Basic Akane.I	10:30~11:30 Hip&Leg Nanami.N	10:30~11:30 Waist Yuuna		10:30~11:30 Hip&Leg Nanami.N	10:30~11:30 Basic Akane.I		10:30~11:30 Waist Yuuna
12:00								
	12:30~13:30 Waist Hinaco	12:30~13:30 Back&Arm Yuuna	12:30~13:30 Basic Akane.I		12:30~13:30 Basic Akane.I	12:30~13:30 Hip&Leg Nanami.N		12:30~13:30 Basic Akane.I
13:30								
		14:30~15:30 Basic Akane.I	14:30~15:30 Hip&Leg Nanami.N					14:30~15:30 Back&Arm Hinaco
15:00								
16:00			16:30~17:30 Basic Akane.I					
17:00		17:00~18:00 Waist Yuuna						17:00~18:00 Basic Akane.I
18:00	18:00~19:00 Back&Arm Yuuna				18:00~19:00 Waist Hinaco	18:00~19:00 Back&Arm Yuuna	18:00~19:00 Waist Hinaco	
19:30	20:30~21:30 Hip&Leg Nanami.N			20:30~21:30 Hip&Leg Nanami.N	20:30~21:30 Waist Hinaco	20:30~21:30 Basic Yuuna		
21:00								

	2月24日(土)	2月25日(日)	2月26日(月)	2月27日(火)	2月28日(水)	2月29日(木)
10:30			close			
	10:30~11:30 Basic Akane.I	10:30~11:30 Hip&Leg Nanami.N		10:30~11:30 Waist Hinaco	10:30~11:30 Hip&Leg Nanami.N	
12:00						
	12:30~13:30 Hip&Leg 未定	12:30~13:30 Stretch&Conditioning Hinaco		12:30~13:30 Back&Arm 未定	12:30~13:30 Waist Hinaco	
13:30						
	14:30~15:30 Waist Hinaco	14:30~15:30 Back&Arm Hinaco				
15:00						
16:00		16:30~17:30 Hip&Leg Nanami.N				
17:00	17:00~18:00 Hip&Leg Nanami.N					
18:00				18:00~19:00 Stretch&Conditioning Yuuna	18:00~19:00 Back&Arm Akane.I	18:00~19:00 Hip&Leg 未定
19:30						
			20:30~21:30 Basic Yuuna	20:30~21:30 Stretch&Conditioning Hinaco	20:30~21:30 Basic Akane.I	
21:00						

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）