



pilates

pilates K 柏店 Lesson Schedule

更新日2024/2/13

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	close	10:30~11:30 Basic haruna	10:30~11:30 Back&Arm hiyo	10:30~11:30 Basic Mayu.W		10:30~11:30 Basic Mayu.W	10:30~11:30 Waist haruna		
12:00		12:30~13:30 Hip&Leg Suzuka	12:30~13:30 Stretch&Conditioning haruna	12:30~13:30 Waist haruna		12:30~13:30 Stretch&Conditioning haruna	12:30~13:30 Basic Mayu.W		
13:30		14:30~15:30 Waist hiyo	14:30~15:30 Basic Mayu.W	16:30~17:30 Hip&Leg Suzuka					
15:00						17:00~18:00 Basic Mayu.W			
17:00						18:00~19:00 Basic Mayu.W	18:00~19:00 Waist haruna		18:00~19:00 Stretch&Conditioning Suzuka
18:00		20:30~21:30 Back&Arm hiyo	20:30~21:30 Basic hiyo	20:30~21:30 Basic hiyo		20:30~21:30 Back&Arm hiyo	20:30~21:30 Basic hiyo		20:30~21:30 Back&Arm hiyo
19:30									
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	10:30~11:30 Stretch&Conditioning haruna	10:30~11:30 Hip&Leg Suzuka	10:30~11:30 Waist hiyo		10:30~11:30 Back&Arm hiyo	10:30~11:30 Basic Mayu.W		
12:00	12:30~13:30 Basic Suzuka	12:30~13:30 Waist haruna	12:30~13:30 Basic Mayu.W		12:30~13:30 Basic haruna	12:30~13:30 Stretch&Conditioning haruna		
13:30	14:30~15:30 Basic Suzuka	14:30~15:30 Back&Arm hiyo	16:30~17:30 Stretch&Conditioning haruna					
15:00					17:00~18:00 Back&Arm hiyo			
17:00					18:00~19:00 Waist Suzuka	18:00~19:00 Back&Arm hiyo		18:00~19:00 Waist haruna
18:00	20:30~21:30 Basic Mayu.W	20:30~21:30 Basic Suzuka	20:30~21:30 Basic Suzuka		20:30~21:30 Basic Suzuka	20:30~21:30 Hip&Leg Suzuka		20:30~21:30 Basic Mayu.W
19:30								
21:00								

- ・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 柏店 Lesson Schedule

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)
10:30	10:30~11:30 Waist haruna	10:30~11:30 Basic haruna	10:30~11:30 Hip&Leg Suzuka		10:30~11:30 Back&Arm Suzuka	10:30~11:30 Hip&Leg Suzuka		10:30~11:30 Back&Arm Mayu.W
12:00								
	12:30~13:30 Basic Mayu.W	12:30~13:30 Hip&Leg Suzuka	12:30~13:30 Waist haruna		12:30~13:30 Hip&Leg haruna	12:30~13:30 Basic hiyo		12:30~13:30 Stretch&Conditioning haruna
13:30								
15:00		14:30~15:30 Waist hiyo	14:30~15:30 Back&Arm hiyo					14:30~15:30 Basic hiyo
			16:30~17:30 Basic Mayu.W					
17:00		17:00~18:00 Stretch&Conditioning Suzuka						16:30~17:30 Waist haruna
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Suzuka				18:00~19:00 Basic Suzuka	18:00~19:00 Back&Arm Mayu.W	18:00~19:00 Waist hiyo	
19:30								
	20:30~21:30 Back&Arm Suzuka				20:30~21:30 Waist hiyo	20:30~21:30 Stretch&Conditioning haruna	20:30~21:30 Hip&Leg haruna	
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	10:30~11:30 Waist hiyo	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Suzuka		10:30~11:30 Waist Suzuka	10:30~11:30 Stretch&Conditioning haruna	
12:00						
	12:30~13:30 Basic Mayu.W	12:30~13:30 Back&Arm Mayu.W		12:30~13:30 Basic hiyo	12:30~13:30 Back&Arm Mayu.W	
13:30						
15:00	14:30~15:30 Back&Arm hiyo	14:30~15:30 Hip&Leg Suzuka				
		16:30~17:30 Basic hiyo				
17:00	17:00~18:00 Hip&Leg haruna					
18:00				18:00~19:00 Hip&Leg haruna	18:00~19:00 Basic Mayu.W	18:00~19:00 Back&Arm Mayu.W
19:30						
21:00				20:30~21:30 Back&Arm Mayu.W	20:30~21:30 Waist hiyo	20:30~21:30 Basic hiyo

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)