



pilates

pilates K 厚木ガーデンシティ店 Lesson Schedule

更新日2024/3/15

2024/4/1~2024/4/15

	4月1日(月)	4月2日(火)	4月3日(水)	4月4日(木)	4月5日(金)	4月6日(土)	4月7日(日)	4月8日(月)	
10:30	close	10:30~11:30 Back&Arm Natsume	10:30~11:30 Hip&Leg Akane		10:30~11:30 Stretch&Conditioning honoka	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Waist honoka	close	
12:00									
13:30		12:30~13:30 Waist Akane	12:30~13:30 Back&Arm Natsume		12:30~13:30 Basic 未定	12:30~13:30 Hip&Leg Akane	12:30~13:30 Back&Arm Natsume		
15:00							14:30~15:30 Waist Akane		14:30~15:30 Basic 未定
17:00							16:30~17:30 Stretch&Conditioning honoka		
18:00		18:00~19:00 Basic Natsume	18:00~19:00 Stretch&Conditioning honoka	18:00~19:00 Waist honoka	18:00~19:00 Hip&Leg Akane	18:00~19:00 Hip&Leg Akane			
19:30		20:00~21:00 Hip&Leg Akane	20:00~21:00 Basic 未定	20:00~21:00 Back&Arm Natsume	20:00~21:00 Basic 未定				
21:00									

	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)	4月14日(日)	4月15日(月)
10:30	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Waist honoka		10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Back&Arm Natsume	10:30~11:30 Basic Natsume	close
12:00							
13:30	12:30~13:30 Stretch&Conditioning honoka	12:30~13:30 Basic 未定		12:30~13:30 Hip&Leg Natsume	12:30~13:30 Stretch&Conditioning honoka	12:30~13:30 Hip&Leg Akane	
15:00					14:30~15:30 Basic 未定	14:30~15:30 Back&Arm honoka	
17:00						16:30~17:30 Waist Akane	
18:00	18:00~19:00 Waist Akane	18:00~19:00 Back&Arm Natsume	18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Stretch&Conditioning yukino			
19:30							
21:00	20:00~21:00 Basic 未定	20:00~21:00 Hip&Leg Akane	20:00~21:00 Stretch&Conditioning honoka	20:00~21:00 Waist Akane			

- ・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 厚木ガーデンシティ店 Lesson Schedule

2024/4/16～2024/4/31

	4月16日(火)	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)	4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)
10:30	10:30～11:30 Back&Arm Natsume	10:30～11:30 Hip&Leg Akane		10:30～11:30 Waist Akane	10:30～11:30 Hip&Leg Natsume	10:30～11:30 Stretch&Conditioning honoka	close	10:30～11:30 Waist honoka
12:00								
	12:30～13:30 Waist Sae	12:30～13:30 Back&Arm Natsume		12:30～13:30 Basic honoka	12:30～13:30 Waist Akane	12:30～13:30 Back&Arm Natsume		12:30～13:30 Basic Hazuki
13:30								
15:00					14:30～15:30 Back&Arm honoka	14:30～15:30 Basic Hazuki		
						16:30～17:30 Hip&Leg Natsume		
17:00					17:00～18:00 Basic Natsume			
18:00	18:00～19:00 Basic Hazuki	18:00～19:00 Stretch&Conditioning honoka	18:00～19:00 Waist Akane	18:00～19:00 Back&Arm honoka				18:00～19:00 Hip&Leg Akane
19:30								
	20:00～21:00 Hip&Leg Sae	20:00～21:00 Basic Hazuki	20:00～21:00 Back&Arm honoka	20:00～21:00 Hip&Leg Natsume				20:00～21:00 Back&Arm honoka
21:00								

	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)	
10:30	10:30～11:30 Basic Hazuki		10:30～11:30 Stretch&Conditioning honoka	10:30～11:30 Basic Hazuki	10:30～11:30 Hip&Leg Akane	close	10:30～11:30 Back&Arm Natsume	
12:00								
	12:30～13:30 Waist Akane		12:30～13:30 Back&Arm Natsume	12:30～13:30 Hip&Leg Natsume	12:30～13:30 Basic Hazuki		12:30～13:30 Hip&Leg Akane	
13:30								
15:00				14:30～15:30 Waist Akane	14:30～15:30 Back&Arm Natsume			
					16:30～17:30 Waist Akane			
17:00				17:00～18:00 Stretch&Conditioning honoka				
18:00	18:00～19:00 Hip&Leg Natsume	18:00～19:00 Basic Hazuki	18:00～19:00 Waist Akane					18:00～19:00 Basic Hazuki
19:30								
	20:00～21:00 Back&Arm honoka	20:00～21:00 Hip&Leg Natsume	20:00～21:00 Basic Hazuki					20:00～21:00 Stretch&Conditioning honoka
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）