



pilates

pilates K 国分寺店 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 Basic miyuki	10:30~11:30 Waist miyuki		10:30~11:30 Stretch&Conditioning miyuki	10:30~11:30 Basic 未確定	10:30~11:30 Back&Arm Reico	close	
12:00		12:30~13:30 Back&Arm Wakana	12:30~13:30 Basic Reico		12:30~13:30 Basic 未確定	12:30~13:30 Basic 未確定	12:30~13:30 Waist Reico		12:30~13:30 Hip&Leg miyuki
13:30									
14:30							14:30~15:30 Hip&Leg Reico		14:30~15:30 Basic 未確定
									16:30~17:30 Waist miyuki
17:30							17:00~18:00 Back&Arm Wakana		
19:00			18:00~19:00 Basic miyuki		18:00~19:00 Back&Arm Wakana	18:00~19:00 Basic 未確定	18:00~19:00 Hip&Leg Wakana		
20:30									
21:30			20:30~21:30 Waist Reico		20:30~21:30 Stretch&Conditioning Wakana	20:30~21:30 Waist miyuki	20:30~21:30 Basic Reico		

	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 Stretch&Conditioning miyuki	10:30~11:30 Hip&Leg Reico		10:30~11:30 Basic 未確定	10:30~11:30 Back&Arm miyuki	10:30~11:30 Basic Reico	close
12:00	12:30~13:30 Basic 未確定	12:30~13:30 Back&Arm miyuki		12:30~13:30 Hip&Leg Reico	12:30~13:30 Basic 未確定	12:30~13:30 Waist miyuki	
13:30							
14:30					14:30~15:30 Waist Reico	14:30~15:30 Basic 未確定	
						16:30~17:30 Back&Arm Reico	
17:30					17:00~18:00 Hip&Leg miyuki		
19:00	18:00~19:00 Hip&Leg Wakana	18:00~19:00 Basic 未確定		18:00~19:00 Stretch&Conditioning miyuki	18:00~19:00 Back&Arm Reico		
20:30							
21:30	20:30~21:30 Basic 未確定	20:30~21:30 Waist miyuki		20:30~21:30 Basic 未確定	20:30~21:30 Waist miyuki		

- ・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 国分寺店 Lesson Schedule

2024/4/16~2024/4/30

	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 Basic 未確定	10:30~11:30 Waist miyuki		10:30~11:30 Back&Arm Reico	10:30~11:30 Hip&Leg miyuki	10:30~11:30 Waist miyuki	close	10:30~11:30 Basic miyuki	
12:00									
12:30	12:30~13:30 Hip&Leg Reico	12:30~13:30 Basic 未確定		12:30~13:30 Stretch&Conditioning miyuki	12:30~13:30 Waist miyuki	12:30~13:30 Basic 未確定			12:30~13:30 Back&Arm Reico
13:30									
14:30					14:30~15:30 Basic 未確定	14:30~15:30 Hip&Leg miyuki			
						16:30~17:30 Basic 未確定			
17:30					17:00~18:00 Stretch&Conditioning Wakana				
19:00	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Wakana	18:00~19:00 Waist miyuki	18:00~19:00 Basic Reico	18:00~19:00 Hip&Leg Reico					18:00~19:00 Basic 未確定
20:30									
21:30	20:30~21:30 Basic 未確定	20:30~21:30 Back&Arm Reico	20:30~21:30 Waist miyuki	20:30~21:30 Basic 未確定					20:30~21:30 Waist Reico

	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 Reico		10:30~11:30 Hip&Leg miyuki	10:30~11:30 Waist miyuki	10:30~11:30 Basic 未確定	close	10:30~11:30 Hip&Leg miyuki	
12:00								
12:30	12:30~13:30 Waist miyuki		12:30~13:30 Back&Arm Wakana	12:30~13:30 Basic 未確定	12:30~13:30 Back&Arm miyuki			12:30~13:30 Stretch&Conditioning miyuki
13:30								
14:30				14:30~15:30 Hip&Leg Reico	14:30~15:30 Basic 未確定			
					16:30~17:30 Waist Reico			
17:30				17:00~18:00 Back&Arm Reico				
19:00	18:00~19:00 Hip&Leg miyuki	18:00~19:00 Waist Reico	18:00~19:00 Basic 未確定					18:00~19:00 Back&Arm Wakana
20:30								
21:30	20:30~21:30 Basic 未確定	20:30~21:30 Stretch&Conditioning Wakana	20:30~21:30 Waist Reico					20:30~21:30 Basic 未確定

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）