



pilates

pilates K 厚木ガーデンシティ店 Lesson Schedule

更新日224/4/15

2024/5/1~2024/5/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

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

	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)	5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)	
10:30	close	10:30~11:30 Basic ♪ Hazuki	10:30~11:30 Waist ♪ Akane	10:30~11:30 Basic ♪ Hazuki	close	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Natsumre	10:30~11:30 Basic ♪ Natsume	
12:00		12:30~13:30 Waist ♪ Akane	12:00~13:00 Basic ♪ Hazuki	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ Natsume		12:30~13:30 Basic ♪ Hazuki	12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ honoka	
13:30			13:30~14:30 Back&Arm ♪ Natsume	13:30~14:30 Waist ♪ Akane				
15:00			15:00~16:00 Stretch&Conditioning ♪ honoka	15:00~16:00 Back&Arm ♪ Natsume				
17:00		17:00~18:00 Basic ♪ Hazuki	17:00~18:00 Back&Arm ♪ honoka	17:30~18:30 Hip&Leg ♪ Natsume			17:00~18:00 Waist ♪ honoka	17:00~18:00 Hip&Leg ♪ Akane
18:30		18:30~19:30 Waist ♪ honoka	18:30~19:30 Basic ♪ Hazuki				18:30~19:30 Basic ♪ Hazuki	18:30~19:30 Back&Arm ♪ honoka
20:00		20:00~21:00 Back&Arm ♪ honoka	20:00~21:00 Stretch&Conditioning ♪ honoka				20:00~21:00 Stretch&Conditioning ♪ honoka	20:00~21:00 Waist ♪ Akane
21:00								

♪ : 体験可能レッスン

- ・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

2024/5/16~2024/5/31

	5月16日(木)	5月17日(金)	5月18日(土)	5月19日(日)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)
10:30		10:30~11:30 Back&Arm ♪ Natsume	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Akane	10:30~11:30 Waist ♪ Akane	close	10:30~11:30 Basic ♪ 未定	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Natsume	
12:00		12:00~13:00 Basic ♪ Natsume	12:00~13:00 Release&Strength honoka	12:00~13:00 Basic ♪ 未定		12:30~13:30 Waist ♪ 未定	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Akane	
13:30			13:30~14:30 Waist ♪ Akane	13:30~14:30 Stretch&Conditioning ♪ honoka				
15:00			15:00~16:00 Basic ♪ honoka	15:00~16:00 Hip&Leg ♪ Akane				
17:00	17:00~18:00 Back&Arm ♪ Natsume	17:00~18:00 Waist ♪ Akane	17:30~18:30 Back&Arm ♪ honoka			17:00~18:00 Basic ♪ Hazuki	17:00~18:00 Release&Strength honoka	17:00~18:00 Basic ♪ Hazuki
18:30	18:30~19:30 Basic ♪ 未定	18:30~19:30 Hip&Leg ♪ Akane				18:30~19:30 Back&Arm ♪ Natsume	18:30~19:30 Waist ♪ Akane	18:30~19:30 Hip&Leg ♪ Akane
20:00	20:00~21:00 Hip&Leg ♪ Akane	20:00~21:00 Basic ♪ Hazuki				20:00~21:00 Hip&Leg ♪ Natsume	20:00~21:00 Basic ♪ Hazuki	20:00~21:00 Waist ♪ Akane
21:00								

	5月24日(金)	5月25日(土)	5月26日(日)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)
10:30	10:30~11:30 Basic ♪ 未定	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Natsume	10:30~11:30 Basic ♪ Hazuki	close	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Natsume	10:30~11:30 Basic ♪ 未定		10:30~11:30 Waist ♪ 未定
12:00	12:30~13:30 Release&Strength honoka	12:00~13:00 Waist ♪ 未定	12:00~13:00 Back&Arm ♪ Natsume		12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ honoka	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Natsume		12:30~13:30 Basic ♪ 未定
13:30		13:30~14:30 Basic ♪ 未定	13:30~14:30 Waist ♪ Akane					
15:00		15:00~16:00 Hip&Leg ♪ Natsume	15:00~16:00 Release&Strength honoka					
17:00	17:00~18:00 Hip&Leg ♪ Akane	17:30~18:30 Basic ♪ Hazuki			17:00~18:00 Back&Arm ♪ Natsume	17:00~18:00 Waist ♪ Akane	17:00~18:00 Hip&Leg ♪ Natsume	17:00~18:00 Release&Strength honoka
18:30	18:30~19:30 Back&Arm ♪ Natsume				18:30~19:30 Waist ♪ honoka	18:30~19:30 Basic ♪ Hazuki	18:30~19:30 Back&Arm ♪ Natsume	18:30~19:30 Hip&Leg ♪ Akane
20:00	20:00~21:00 Waist ♪ Akane				20:00~21:00 Basic ♪ 未定	20:00~21:00 Hip&Leg ♪ Akane	20:00~21:00 Basic ♪ Hazuki	20:00~21:00 Back&Arm ♪ Natsume
21:00								

♪ : 体験可能レッスン

今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！

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)