



pilates

pilates K センター北店 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 Waist anna	10:30~11:30 Back&Arm Miku.I		10:30~11:30 Basic U.	10:30~11:30 Hip&Leg U.	10:30~11:30 Back&Arm Miku.I	Close
12:00		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Minami	12:30~13:30 Basic anna		12:30~13:30 Waist Minami	12:00~13:00 Back&Arm Minami	12:00~13:00 Basic Minami	
13:30		15:00~16:00 Waist anna	13:30~14:30 Basic U.		13:30~14:30 Hip&Leg Miku.I	15:00~16:00 Waist anna	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Minami	
15:00		17:30~18:30 Basic anna	18:00~19:00 Back&Arm U.		18:00~19:00 Hip&Leg Minami	18:00~19:00 Basic anna	18:00~19:00 Waist anna	
17:00		19:30~20:30 Basic Minami	19:30~20:30 Waist anna		19:30~20:30 Back&Arm Miku.I	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Minami	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Minami	
18:00		21:00~22:00 Hip&Leg U.	21:00~22:00 Stretch&Conditioning Minami		21:00~22:00 Hip&Leg anna	21:00~22:00 Basic anna	21:00~22:00 Basic anna	
19:30								
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 Back&Arm Minami	10:30~11:30 Basic anna		10:30~11:30 Stretch&Conditioning Minami	10:30~11:30 Basic Minami	10:30~11:30 Hip&Leg Miku.I	Close	
12:00	12:30~13:30 Waist anna	12:30~13:30 Waist Minami		12:30~13:30 Back&Arm U.	12:00~13:00 Hip&Leg U.	12:00~13:00 Waist anna		
13:30	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Miku.I	18:00~19:00 Hip&Leg U.		18:00~19:00 Hip&Leg U.	18:00~19:00 Back&Arm Miku.I	13:30~14:30 Waist anna		13:30~14:30 Back&Arm Miku.I
15:00	19:30~20:30 Hip&Leg U.	19:30~20:30 Back&Arm Miku.I		19:30~20:30 Waist Minami	19:30~20:30 Basic anna	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Minami		15:00~16:00 Basic U.
17:00	21:00~22:00 Back&Arm Miku.I	21:00~22:00 Basic U.		21:00~22:00 Stretch&Conditioning Minami	21:00~22:00 Hip&Leg Miku.I	17:30~18:30 Basic U.		
18:00								
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 センター北店 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 anna	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Miku.I		10:30~11:30 Hip&Leg Miku.I	10:30~11:30 Back&Arm Miku.I	10:30~11:30 Basic Minami	Close	10:30~11:30 Waist anna	
12:00					12:00~13:00 Stretch&Conditioning anna	12:00~13:00 Back&Arm U.			
	12:30~13:30 Back&Arm Minami	12:30~13:30 Basic Minami		12:30~13:30 Basic anna				12:30~13:30 Hip&Leg U.	
13:30					13:30~14:30 Hip&Leg Miku.I	13:30~14:30 Waist anna			
15:00					15:00~16:00 Basic Minami	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Minami			
17:00					17:30~18:30 Waist anna				
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Miku.I	18:00~19:00 Basic anna	18:00~19:00 Waist anna	18:00~19:00 Basic U.					18:00~19:00 Back&Arm Miku.I
19:30	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Miku.I	19:30~20:30 Hip&Leg Miku.I	19:30~20:30 Back&Arm Miku.I	19:30~20:30 Waist anna					19:30~20:30 Basic U.
21:00	21:00~22:00 Basic Minami	21:00~22:00 Waist anna	21:00~22:00 Basic anna	21:00~22:00 Back&Arm U.					21:00~22:00 Stretch&Conditioning Miku.I

	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 Waist anna		10:30~11:30 Basic anna	10:30~11:30 Back&Arm Minami	10:30~11:30 Basic Minami	Close	10:30~11:30 Hip&Leg U.	
12:00				12:00~13:00 Waist anna	12:00~13:00 Hip&Leg U.			12:30~13:30 Basic Minami
	12:30~13:30 Back&Arm Minami		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Minami					
13:30				13:30~14:30 Basic Minami	13:30~14:30 Waist Minami			
15:00				15:00~16:00 Hip&Leg Miku.I	15:00~16:00 Back&Arm U.			
17:00				17:30~18:30 Stretch&Conditioning Miku.I				
18:00	18:00~19:00 Basic U.	18:00~19:00 Back&Arm U.	18:00~19:00 Hip&Leg Miku.I					18:00~19:00 Stretch&Conditioning Miku.I
19:30	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Miku.I	19:30~20:30 Basic U.	19:30~20:30 Waist Minami					19:30~20:30 Waist anna
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg U.	21:00~22:00 Waist anna	21:00~22:00 Back&Arm Miku.I					21:00~22:00 Basic Minami

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)