



pilates

pilates K 川越店 Lesson Schedule

更新日2024/5/15

2024/6/1~2024/6/30

Let's have fun with all pilates lovers♡

| | 6月1日(土) | 6月2日(日) | 6月3日(月) | 6月4日(火) | 6月5日(水) | 6月6日(木) | 6月7日(金) | 6月8日(土) | | | |
|-------|--|---------|---------|---|------------------------------------|---------|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| 10:30 | 10:30~11:30 Basic ♪ Akari.S | close | close | 10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Itsuki | 10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yuuki | | 10:30~11:30 Basic ♪ Akari.S | 10:30~11:30 Waist ♪ Itsuki | | | |
| 12:00 | 12:30~13:30 Back&Arm ♪ Yuuki | | | 12:30~13:30 Basic ♪ Sakura.N | 12:30~13:30 Waist ♪ Yuuki | | 12:30~13:30 Waist ♪ Itsuki | 12:30~13:30 Basic ♪ Akari.S | | | |
| 13:30 | 14:30~15:30 Waist ♪ Akari.S | | | 14:30~15:30 Stretch&Conditioning ♪ Itsuki | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | 17:00~18:00 Stretch&Conditioning ♪ Yuuki | | | | | | | | | 17:00~18:00 Basic ♪ Sakura.N | |
| 18:00 | | | | | | | 18:00~19:00 Basic ♪ Akari.S | 18:00~19:00 Waist ♪ Akari.S | 18:00~19:00 Basic ♪ Sakura.N | 18:00~19:00 Back&Arm ♪ Yuuki | |
| 19:30 | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | 20:30~21:30 Waist ♪ Akari.S | 20:30~21:30 Basic ♪ Sakura.N | 20:30~21:30 Back&Arm ♪ Yuuki | 20:30~21:30 Waist ♪ Akari.S | |

| | 6月9日(日) | 6月10日(月) | 6月11日(火) | 6月12日(水) | 6月13日(木) | 6月14日(金) | 6月15日(土) | | |
|-------|---|----------|-----------------------------------|------------------------------------|----------|---|------------------------------------|------------------------------------|--|
| 10:30 | 10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yuuki | close | 10:30~11:30 Basic ♪ Itsuki | 10:30~11:30 Waist ♪ Akari.S | | 10:30~11:30 Basic ♪ Akari.S | 10:30~11:30 Waist ♪ Akari.S | | |
| 12:00 | 12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Itsuki | | 12:30~13:30 Waist ♪ Akari.S | 12:30~13:30 Basic ♪ Itsuki | | 12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Itsuki | 12:30~13:30 Back&Arm ♪ Yuuki | | |
| 13:30 | 14:30~15:30 Waist ♪ Itsuki | | | | | | | | |
| 15:00 | 16:30~17:30 Basic ♪ Sakura.N | | | | | | | 14:30~15:30 Basic ♪ Sakura.N | |
| 17:00 | | | | | | | | 17:00~18:00 Waist ♪ Yuuki | |
| 18:00 | | | | 18:00~19:00 Back&Arm ♪ Yuuki | | 18:00~19:00 Basic ♪ Sakura.N | 18:00~19:00 Waist ♪ Yuuki | 18:00~19:00 Basic ♪ Itsuki | |
| 19:30 | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | 20:30~21:30 Basic ♪ Sakura.N | | 20:30~21:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuuki | 20:30~21:30 Basic ♪ Sakura.N | 20:30~21:30 Back&Arm ♪ Yuuki | |

♪ : 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 川越店 Lesson Schedule

2024/6/16~2024/6/30

| | 6月16日(日) | 6月17日(月) | 6月18日(火) | 6月19日(水) | 6月20日(木) | 6月21日(金) | 6月22日(土) | 6月23日(日) |
|-------|------------------------------------|----------|------------------------------------|--|---|------------------------------------|------------------------------------|--|
| 10:30 | 10:30~11:30 Basic 📌 Sakura.N | close | 10:30~11:30 Waist 📌 Akari.S | 10:30~11:30 Basic 📌 Sakura | | 10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Itsuki | 10:30~11:30 Back&Arm 📌 Yuuki | 10:30~11:30 Waist 📌 Akari.S |
| 12:00 | 12:30~13:30 Back&Arm 📌 Yuuki | | 12:30~13:30 Basic 📌 Akari.S | 12:30~13:30 Waist 📌 Akari.S | | 12:30~13:30 Back&Arm 📌 Yuuki | 12:00~13:00 Basic 📌 Sakura.N | 12:00~13:00 Stretch&Conditioning 📌 Yuuki |
| 13:30 | 14:30~15:30 Basic 📌 Sakura.N | | | | | | 13:30~14:30 Waist 📌 Akari.S | 13:30~14:30 Basic 📌 Sakura |
| 15:00 | 16:30~17:30 Waist 📌 Akari.S | | | | | | 15:00~16:00 Basic 📌 Sakura.N | 15:00~16:00 Back&Arm 📌 Yuuki |
| 17:00 | | | | | | | 17:30~18:30 Waist 📌 Akari.S | |
| 18:00 | | | 18:00~19:00 Waist 📌 Yuuki | 18:00~19:00 Back&Arm 📌 Yuuki | 18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Itsuki | 18:00~19:00 Basic 📌 Sakura.N | | |
| 19:30 | | | 19:30~20:30 Basic 📌 Sakura.N | 19:30~20:30 Stretch&Conditioning 📌 Yuuki | 19:30~20:30 Basic 📌 Sakura.N | 19:30~20:30 Waist 📌 Akari.S | | |
| 21:00 | | | 21:00~22:00 Back&Arm 📌 Yuuki | 21:00~22:00 Basic 📌 Sakura.N | 21:00~22:00 Stretch&Conditioning 📌 Itsuki | 21:00~22:00 Basic 📌 Sakura.N | | |

| | 6月24日(月) | 6月25日(火) | 6月26日(水) | 6月27日(木) | 6月28日(金) | 6月29日(土) | 6月30日(日) |
|-------|----------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|---|------------------------------------|
| 10:30 | close | 10:30~11:30 Basic 📌 Sakura.N | 10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Itsuki | | 10:30~11:30 Basic 📌 Itsuki | 10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📌 Itsuki | 10:30~11:30 Back&Arm 📌 Yuuki |
| 12:00 | | 12:30~13:30 Back&Arm 📌 Yuuki | 12:30~13:30 Basic 📌 Sakura.N | | 12:30~13:30 Waist 📌 Akari.S | 12:00~13:00 Hip&Leg 📌 Itsuki | 12:00~13:00 Basic 📌 Sakura.N |
| 13:30 | | | | | | 13:30~14:30 Back&Arm 📌 Yuuki | 13:30~14:30 Hip&Leg 📌 Itsuki |
| 15:00 | | | | | | 15:00~16:00 Basic 📌 Akari.S | 15:00~16:00 Waist 📌 Akari.S |
| 17:00 | | | | | | 17:30~18:30 Basic 📌 Yuuki | |
| 18:00 | | | 18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Itsuki | 18:00~19:00 Waist 📌 Yuuki | 18:00~19:00 Stretch&Conditioning 📌 Yuuki | 18:00~19:00 Waist 📌 Yuuki | |
| 19:30 | | | 19:30~20:30 Basic 📌 Sakura.N | 19:30~20:30 Hip&Leg 📌 Itsuki | 19:30~20:30 Waist 📌 Akari.S | 19:30~20:30 Basic 📌 Akari.S | |
| 21:00 | | | 21:00~22:00 Waist 📌 Itsuki | 21:00~22:00 Back&Arm 📌 Yuuki | 21:00~22:00 Basic 📌 Yuuki | 21:00~22:00 Back&Arm 📌 Yuuki | |

📌: 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)