



pilates

pilates K 柏店 Lesson Schedule

更新日2024/5/15

2024/6/1~2024/6/15

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 ♪ Kayoko.T	close	close	10:30~11:30 Release&Strength Akari	10:30~11:30 Basic ♪ Kayoko.T		10:30~11:30 Basic ♪ Mayu.K	10:30~11:30 Waist ♪ haruna
12:00	12:00~13:00 Jump to Burn Akari			12:30~13:30 Basic ♪ Kayoko.T	12:30~13:30 Waist ♪ Akari		12:30~13:30 Back&Arm ♪ hiyo	12:00~13:00 Basic ♪ Mayu.K
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ haruna			13:30~14:30 Pilates Workout hiyo	15:00~16:00 Basic ♪ Kayoko.T		17:30~18:30 Hip&Leg ♪ Akari	
15:00	15:00~16:00 Stretch&Conditioning ♪ Akari			18:00~19:00 Waist ♪ hiyo	18:00~19:00 Jump to Burn haruna		18:00~19:00 Basic ♪ hiyo	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ haruna
17:00	17:30~18:30 Basic ♪ Mayu.K			19:30~20:30 Basic ♪ Mayu.K	19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ haruna		19:30~20:30 Waist ♪ hiyo	19:30~20:30 Basic ♪ Kayoko.T
18:00				21:00~22:00 Back&Arm ♪ hiyo	21:00~22:00 Basic ♪ Mayu.K		21:00~22:00 Hip&Leg ♪ haruna	21:00~22:00 Release&Strength haruna
19:30								
21:00								

	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 Jump to Burn Akari	close	10:30~11:30 Basic ♪ Mayu.K	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ haruna		10:30~11:30 Pilates Workout hiyo	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Akari	
12:00	12:00~13:00 Back&Arm ♪ hiyo		12:30~13:30 Jump to Burn haruna	12:30~13:30 Basic ♪ Mayu.K		12:30~13:30 Basic ♪ Kayoko.T	12:00~13:00 Back&Arm ♪ hiyo	
13:30	13:30~14:30 Release&Strength Akari		15:00~16:00 Waist ♪ hiyo	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ Akari		18:00~19:00 Basic ♪ Kayoko.T	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ haruna	18:00~19:00 Basic ♪ Mayu.K
15:00			19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Akari	19:30~20:30 Release&Strength Akari		19:30~20:30 Basic ♪ Mayu.K	19:30~20:30 Jump to Burn haruna	15:00~16:00 Pilates Workout hiyo
17:00			21:00~22:00 Basic ♪ Kayoko.T	21:00~22:00 Waist ♪ Akari		21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ haruna	21:00~22:00 Waist ♪ haruna	17:30~18:30 Basic ♪ Mayu.K
18:00								
19:30								
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 柏店 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 Pilates Workout hiyo	close	10:30~11:30 Waist ♪ haruna	10:30~11:30 Basic ♪ hiyo		10:30~11:30 Jump to Burn Akari	10:30~11:30 Basic ♪ Mayu.K	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Akari	
12:00	12:00~13:00 Basic ♪ Kayoko.T		12:30~13:30 Basic ♪ Mayu.K	12:30~13:30 Back&Arm ♪ hiyo		12:30~13:30 Basic ♪ Kayoko.T	12:00~13:00 Waist ♪ hiyo	12:00~13:00 Basic ♪ Akari	
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn haruna		18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Akari	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ Akari		18:00~19:00 Pilates Workout hiyo	18:00~19:00 Waist ♪ haruna	13:30~14:30 Release&Strength Akari	13:30~14:30 Waist ♪ haruna
15:00	15:00~16:00 Back&Arm ♪ hiyo		19:30~20:30 Basic ♪ Kayoko.T	19:30~20:30 Waist ♪ haruna		19:30~20:30 Release&Strength haruna	19:30~20:30 Basic ♪ Mayu.K	15:00~16:00 Back&Arm ♪ hiyo	15:00~16:00 Basic ♪ haruna
17:00			21:00~22:00 Release&Strength Akari	21:00~22:00 Jump to Burn Akari		21:00~22:00 Basic ♪ Kayoko.T	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ haruna	17:30~18:30 Hip&Leg ♪ Akari	
18:00									
19:30									
21:00									

	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 Hip&Leg ♪ haruna	10:30~11:30 Waist ♪ Akari		10:30~11:30 Release&Strength haruna	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ haruna	10:30~11:30 Basic ♪ Mayu.K	
12:00		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Maaya	12:30~13:30 Basic ♪ Mayu.K		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Akari	12:00~13:00 Jump to Burn Akari	12:00~13:00 Pilates Workout hiyo	
13:30		18:00~19:00 Release&Strength Akari	18:00~19:00 Jump to Burn haruna		18:00~19:00 Basic ♪ Mayu.K	18:00~19:00 Back&Arm ♪ hiyo	13:30~14:30 Basic ♪ Mayu.K	13:30~14:30 Stretch&Conditioning ♪ haruna
15:00		19:30~20:30 Waist ♪ haruna	19:30~20:30 Basic ♪ Akari		19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Akari	19:30~20:30 Basic ♪ Mayu.K	15:00~16:00 Waist ♪ Akari	15:00~16:00 Back&Arm ♪ hiyo
17:00		21:00~22:00 Basic ♪ Akari	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ haruna		21:00~22:00 Waist ♪ Akari	21:00~22:00 Pilates Workout hiyo	17:30~18:30 Basic ♪ Mayu.K	
18:00								
19:30								
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)