



pilates

pilates K 厚木ガーデンシティ店 Lesson Schedule

更新日2024/6/20

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 Release&Strength honoka	close	close	10:30~11:30 Basic ♡ Nanae.M	10:30~11:30 Waist ♡ Akane		10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Akane	10:30~11:30 Basic ♡ Nanae.M	
12:00	12:00~13:00 Basic ♡ Nanae.M			12:30~13:30 Back&Arm ♡ Natsume	12:30~13:30 Basic ♡ Nanae.M		12:30~13:30 Jump to Burn honoka	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ Akane	
13:30	13:30~14:30 Waist ♡ honoka			13:30~14:30 Back&Arm ♡ honoka	15:00~16:00 Basic ♡ Nanae.M		15:00~16:00 Waist ♡ Akane		
17:00	17:30~18:30 Back&Arm ♡ honoka			17:00~18:00 Release&Strength honoka	17:00~18:00 Hip&Leg ♡ Natsume		17:00~18:00 Waist ♡ Akane	17:00~18:00 Basic ♡ Nanae.M	17:30~18:30 Basic ♡ Nanae.M
18:30				18:30~19:30 Hip&Leg ♡ Natsume	18:30~19:30 Jump to Burn Akane		18:30~19:30 Basic ♡ Natsume	18:30~19:30 Back&Arm ♡ honoka	
20:00				20:00~21:00 Jump to Burn honoka	20:00~21:00 Back&Arm ♡ Natsume		20:00~21:00 Hip&Leg ♡ Akane	20:00~21:00 Basic ♡ Nanae.M	
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 Back&Arm ♡ honoka	close	10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Akane	10:30~11:30 Jump to Burn Akane		10:30~11:30 Release&Strength honoka	10:30~11:30 Back&Arm ♡ Natsume	
12:00	12:00~13:00 Basic ♡ Natsume		12:30~13:30 Waist ♡ Akane	12:30~13:30 Hip&Leg ♡ Natsume		12:30~13:30 Basic ♡ Nanae.M	12:00~13:00 Jump to Burn honoka	
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn honoka		13:30~14:30 Waist ♡ honoka	15:00~16:00 Hip&Leg ♡ Natsume		15:00~16:00 Basic ♡ Nanae.M		
17:00			17:00~18:00 Hip&Leg ♡ Natsume	17:00~18:00 Basic ♡ Nanae.M		17:00~18:00 Back&Arm ♡ honoka	17:00~18:00 Hip&Leg ♡ Akane	17:30~18:30 Hip&Leg ♡ Natsume
18:30			18:30~19:30 Basic ♡ Nanae.M	18:30~19:30 Back&Arm ♡ honoka		18:30~19:30 Basic ♡ Nanae.M	18:30~19:30 Basic ♡ Nanae.M	
20:00			20:00~21:00 Back&Arm ♡ Natsume	20:00~21:00 Stretch&Conditioning ♡ honoka		20:00~21:00 Hip&Leg ♡ Natsume	20:00~21:00 Back&Arm ♡ Natsume	
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

2024/6/16~2024/6/30

	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 Release&Strength honoka	close	10:30~11:30 Waist ♡ Akane	10:30~11:30 Basic ♡ Mahiro.J		10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Natsume	10:30~11:30 Release&Strength honoka	10:30~11:30 Basic ♡ Aono.K
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ Natsume		12:30~13:30 Back&Arm ♡ Natsume	12:30~13:30 Hip&Leg ♡ Akane		12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♡ 未定	12:00~13:00 Basic ♡ Natsume	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ Akane
13:30	13:30~14:30 Basic ♡ honoka						13:30~14:30 Jump to Burn honoka	13:30~14:30 Basic ♡ Aono.K
15:00	15:00~16:00 Back&Arm ♡ Natsume						15:00~16:00 Back&Arm ♡ Natsume	15:00~16:00 Waist ♡ Akane
17:00			17:00~18:00 Basic ♡ honoka	17:00~18:00 Hip&Leg ♡ Natsume	17:00~18:00 Basic ♡ Natsume	17:00~18:00 Waist ♡ honoka	17:30~18:30 Hip&Leg ♡ Akane	
18:30			18:30~19:30 Hip&Leg ♡ Akane	18:30~19:30 Release&Strength honoka	18:30~19:30 Hip&Leg ♡ Natsume	18:30~19:30 Basic ♡ Natsume		
20:00			20:00~21:00 Stretch&Conditioning ♡ honoka	20:00~21:00 Basic ♡ Natsume	20:00~21:00 Jump to Burn Akane	20:00~21:00 Back&Arm ♡ Natsume		
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 Basic ♡ Nozomi.K	10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Natsume		10:30~11:30 Waist ♡ Akane	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♡ 未定	10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Natsume
12:00		12:30~13:30 Waist ♡ Akane	12:30~13:30 Jump to Burn honoka		12:30~13:30 Hip&Leg ♡ Akane	12:00~13:00 Basic ♡ honoka	12:00~13:00 Basic ♡ honoka
13:30						13:30~14:30 Basic ♡ Nanae.M	13:30~14:30 Back&Arm ♡ Natsume
15:00						15:00~16:00 Release&Strength honoka	15:00~16:00 Jump to Burn honoka
17:00		17:00~18:00 Back&Arm ♡ Natsume	17:00~18:00 Stretch&Conditioning ♡ 未定	17:00~18:00 Waist ♡ Akane	17:00~18:00 Back&Arm ♡ Natsume	17:30~18:30 Back&Arm ♡ Natsume	
18:30		18:30~19:30 Release&Strength honoka	18:30~19:30 Basic ♡ Nanae.M	18:30~19:30 Jump to Burn Akane	18:30~19:30 Basic ♡ Nanae.M		
20:00		20:00~21:00 Hip&Leg ♡ Akane	20:00~21:00 Back&Arm ♡ honoka	20:00~21:00 Basic ♡ Aiko	20:00~21:00 Hip&Leg ♡ Natsume		
21:00							

♡:体験可能レッスン

今月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)