



pilates

pilates K 住道店 Lesson Schedule

更新日2024/7/31

2024/8/1~2024/8/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	
10:30		10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Aina	10:30~11:30 Basic 📌 Misaki.E	close	close	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Aina	10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Aina		
12:00		12:30~13:30 Basic 📌 Misaki.E	12:30~13:30 Waist 📌 Satsuki.H			12:30~13:30 Basic 📌 Misaki.E	12:30~13:30 Waist 📌 Satsuki.H		
13:30			14:30~15:30 Basic 📌 Misaki.E						
15:00			17:00~18:00 Waist 📌 Satsuki.H						
17:00									
18:00	18:00~19:00 Waist 📌 Satsuki.H	18:00~19:00 Basic 📌 Misaki.E					18:00~19:00 Basic 📌 Misaki.E	18:00~19:00 Waist 📌 Satsuki.H	18:00~19:00 Stretch&Conditioning 📌 Kanoko
19:30	20:30~21:30 Basic 📌 Sayaka.T	20:30~21:30 Waist 📌 Satsuki.H					20:30~21:30 Stretch&Conditioning 📌 Moe	20:30~21:30 Basic 📌 Misaki.E	20:30~21:30 Hip&Leg 📌 Kei
21:00									

	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📌 Aina	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Kei	close	close	10:30~11:30 Basic 📌 Misaki.E	10:30~11:30 Waist 📌 Satsuki.H		
12:00	12:30~13:30 Waist 📌 Satsuki.H	12:30~13:30 Basic 📌 Satsuki.H			12:30~13:30 Back&Arm 📌 Aina	12:30~13:30 Stretch&Conditioning 📌 Aina		
13:30		14:30~15:30 Hip&Leg 📌 Kei						
15:00		17:00~18:00 Basic 📌 Misaki.E						
17:00								
18:00	18:00~19:00 Waist 📌 Satsuki.H					18:00~19:00 Waist 📌 Satsuki.H	18:00~19:00 Basic 📌 Misaki.E	18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Ai
19:30	20:30~21:30 Basic 📌 Misaki.E					20:30~21:30 Basic 📌 Misaki.E	20:30~21:30 Waist 📌 Satsuki.H	20:30~21:30 Back&Arm 📌 Kei
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 住道店 Lesson Schedule

2024/8/16~2024/8/31

	8月16日(金)	8月17日(土)	8月18日(日)	8月19日(月)	8月20日(火)	8月21日(水)	8月22日(木)	8月23日(金)		
10:30	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Aina	10:30~11:30 Basic ♪ Misaki.E	close	close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Aina	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Aina		10:30~11:30 Basic ♪ Satsuki.H		
12:00	12:30~13:30 Basic ♪ Misaki.E	12:30~13:30 Waist ♪ Satsuki.H			12:30~13:30 Basic ♪ Misaki.E	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Misaki.E		12:30~13:30 Basic ♪ Misaki.E	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Aina	
13:30		14:30~15:30 Hip&Leg ♪ Kei								
15:00										
17:00		17:00~18:00 Back&Arm ♪ Kei								
18:00	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ Satsuki.H					18:00~19:00 Basic ♪ Natsuho		18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kei	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Misaki.E	18:00~19:00 Basic ♪ Misaki.E
19:30	20:30~21:30 Waist ♪ Satsuki.H					20:30~21:30 Waist ♪ Satsuki.H		20:30~21:30 Back&Arm ♪ Kei	20:30~21:30 Basic ♪ Satsuki.H	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Kei
21:00										

	8月24日(土)	8月25日(日)	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)		
10:30	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Misaki.E	close	close	10:30~11:30 Basic ♪ Misaki.E	10:30~11:30 Waist ♪ Satsuki.H		10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Aina	10:30~11:30 Basic ♪ Satsuki.H		
12:00	12:30~13:30 Waist ♪ Satsuki.H			12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Aina	12:30~13:30 Basic ♪ Aina		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Kei	12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Satsuki.H		
13:30	14:30~15:30 Basic ♪ Yuna								14:30~15:30 Hip&Leg ♪ Kei	
15:00										
17:00	17:00~18:00 Basic ♪ Yuna						18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kei	18:00~19:00 Waist ♪ Satsuki.H	18:00~19:00 Basic ♪ Misaki.E	18:00~19:00 Waist ♪ Kei
18:00							20:30~21:30 Stretch&Conditioning ♪ Satsuki.H	20:30~21:30 Basic ♪ Misaki.E	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Ai	20:30~21:30 Basic ♪ Misaki.E
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）