



pilates

pilates K 亀有店 Lesson Schedule

更新日2024/7/15

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 Basic ♪ Karin	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Moe	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ yumeno	close	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Moe	10:30~11:30 Basic ♪ Karin		
12:00									
13:30		12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno	12:30~13:30 Basic ♪ Karin	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Moe			12:30~13:30 Waist ♪ yumeno	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Moe	
15:00			14:30~15:30 Waist ♪ Aiko	14:30~15:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno					
				16:30~17:30 Basic ♪ Aiko					
17:00			17:00~18:00 Basic ♪ Aiko						
18:00	18:00~19:00 Basic ♪ Karin	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Moe					18:00~19:00 Basic ♪ Karin	18:00~19:00 Waist ♪ Aiko	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Moe
19:30									
21:00	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ yumeno	20:30~21:30 Waist ♪ Aiko					20:30~21:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ yumeno	20:30~21:30 Basic ♪ Karin

	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 Hip&Leg ♪ yumeno	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno	10:30~11:30 Basic ♪ Aiko	close	10:30~11:30 Waist ♪ Aiko	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno		
12:00								
13:30	12:30~13:30 Basic ♪ Karin	12:30~13:30 Waist ♪ Aiko	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Moe			12:30~13:30 Basic ♪ Karin	12:30~13:30 Waist ♪ Aiko	
15:00		14:30~15:30 Hip&Leg ♪ yumeno	14:30~15:30 Basic ♪ Karin					
			16:30~17:30 Waist ♪ Aiko					
17:00		17:00~18:00 Back&Arm ♪ Moe						
18:00	18:00~19:00 Waist ♪ Aiko					18:00~19:00 Hip&Leg ♪ yumeno	18:00~19:00 Basic ♪ Karin	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Moe
19:30								
21:00	20:30~21:30 Back&Arm ♪ Moe					20:30~21:30 Basic ♪ Karin	20:30~21:30 Back&Arm ♪ Moe	20:30~21:30 Basic ♪ Karin

♪：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 亀有店 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 Basic ♪ Karin	10:30~11:30 Waist ♪ Aiko	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ yumeno	close	10:30~11:30 Basic ♪ Aiko	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Aiko		10:30~11:30 Basic ♪ Aiko		
12:00	12:30~13:30 Waist ♪ yumeno	12:30~13:30 Basic ♪ Karin	12:30~13:30 Waist ♪ Aiko		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Moe	12:30~13:30 Basic ♪ Karin		12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno		
13:30		14:30~15:30 Back&Arm ♪ Moe	14:30~15:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno							
15:00			16:30~17:30 Back&Arm ♪ Moe							
17:00			17:00~18:00 Basic ♪ Aiko							
18:00			18:00~19:00 Back&Arm ♪ Moe							
19:30	20:30~21:30 Basic ♪ Aiko				20:30~21:30 Back&Arm ♪ Moe	20:30~21:30 Waist ♪ yumeno		20:30~21:30 Basic ♪ Karin	20:30~21:30 Back&Arm ♪ Moe	
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 Basic ♪ Karin	10:30~11:30 Waist ♪ yumeno	close	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Aiko	10:30~11:30 Basic ♪ Karin		10:30~11:30 Back&Arm ♪ Moe	10:30~11:30 Basic ♪ Karin						
12:00	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Moe	12:30~13:30 Basic ♪ Karin		12:30~13:30 Basic ♪ Karin	12:30~13:30 Waist ♪ Aiko		12:30~13:30 Basic ♪ Karin	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Aiko						
13:30	14:30~15:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno	14:30~15:30 Hip&Leg ♪ Aiko							14:30~15:30 Back&Arm ♪ Moe					
15:00		16:30~17:30 Basic ♪ Karin												
17:00		17:00~18:00 Hip&Leg ♪ yumeno												17:00~18:00 Waist ♪ Karin
18:00		18:00~19:00 Back&Arm ♪ Moe												18:00~19:00 Basic ♪ Aiko
19:30														
21:00										20:30~21:30 Stretch&Conditioning ♪ yumeno	20:30~21:30 Back&Arm ♪ Moe	20:30~21:30 Waist ♪ yumeno	20:30~21:30 Basic ♪ Aiko	

♪: 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)