



pilates

# pilates K 住道店 Lesson Schedule

更新日2024/7/5

## 2024/7/16~2024/7/31

Let's have fun with all pilates lovers♡

	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)
10:30	close	close	close	close	close	close	close	close
12:00								
13:30								
15:00								
17:00								
18:00								
19:30								
21:00								

	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)
10:30	close	close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Aina	10:30~11:30 Waist ♪ Satsuki.H	close	close	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Aina	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Aina
12:00			12:30~13:30 Waist ♪ Satsuki.H	12:30~13:30 Basic ♪ Misaki.E			12:30~13:30 Waist ♪ Satsuki.H	12:30~13:30 Basic ♪ Misaki.E
13:30			14:30~15:30 Waist ♪ Satsuki.H	17:00~18:00 Basic ♪ Misaki.E			18:00~19:00 Waist ♪ Satsuki.H	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ Reona
15:00			20:30~21:30 Basic ♪ Misaki.E	20:30~21:30 Basic ♪ Misaki.E			20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Reona	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Reona
17:00								
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）