



pilates

pilates K静岡店 Lesson Schedule

更新日2024/9/15

2024/11/1~2024/11/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	11月1日(金)	11月2日(土)	11月3日(日)	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)					
10:30	10:30~11:30 Basic ♡ ayano.M	10:30~11:30 Waist ♡ Mizuki.S	10:30~11:30 Basic ♡ erico.M	close	10:30~11:30 Pilates Barre Mizuki.S	10:30~11:30 Basic ♡ ayano.M		10:30~11:30 Waist ♡ Mizuki.S					
12:00	12:30~13:30 Release&Strength Yume	12:00~13:00 Basic ♡ ayano.M	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ Mizuki.S		12:30~13:30 Basic ♡ erico.M	12:30~13:30 Waist ♡ Mizuki.S		12:30~13:30 Basic ♡ ayano.M					
13:30		13:30~14:30 Pilates Barre Mizuki.S	13:30~14:30 Basic ♡ erico.M										
15:00		15:00~16:00 Basic ♡ erico.M	15:00~16:00 Waist ♡ Mizuki.S										
17:30		17:30~18:30 Back&Arm ♡ Mizuki.S	17:30~18:30 Hip&Leg ♡ Mizuki.S							17:30~18:30 Back&Arm ♡ Yume	17:30~18:30 Jump to Burn Yume	17:30~18:30 Basic ♡ erico.M	17:30~18:30 Hip&Leg ♡ Yume
19:00		19:00~20:00 Hip&Leg ♡ Mizuki.S								19:00~20:00 Basic ♡ ayano.M	19:00~20:00 Stretch&Conditioning ♡ Yume	19:00~20:00 Pilates Barre Mizuki.S	19:00~20:00 Release&Strength Yume
20:30	20:30~21:30 Basic ♡ erico.M	20:30~21:30 Hip&Leg ♡ Yume			20:30~21:30 Basic ♡ erico.M	20:30~21:30 Waist ♡ Mizuki.S		20:30~21:30 Basic ♡ erico.M					

	11月9日(土)	11月10日(日)	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)					
10:30	10:30~11:30 Basic ♡ ayano.M	10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Yume	close	10:30~11:30 Basic ♡ ayano.M	10:30~11:30 Waist ♡ Yume		10:30~11:30 Release&Strength Yume					
12:00	12:00~13:00 Release&Strength Yume	12:00~13:00 Basic ♡ ayano.M		12:30~13:30 Jump to Burn Yume	12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♡ Yume		12:30~13:30 Hip&Leg ♡ Yume					
13:30	13:30~14:30 Basic ♡ erico.M	13:30~14:30 Waist ♡ Yume										
15:00	15:00~16:00 Hip&Leg ♡ Yume	15:00~16:00 Basic ♡ erico.M										
17:30	17:30~18:30 Waist ♡ Yume								17:30~18:30 Release&Strength Yume	17:30~18:30 Hip&Leg ♡ Mizuki.S	17:30~18:30 Waist ♡ Mizuki.S	17:30~18:30 Basic ♡ ayano.M
19:00									19:00~20:00 Waist ♡ Yume	19:00~20:00 Basic ♡ ayano.M	19:00~20:00 Hip&Leg ♡ Mizuki.S	19:00~20:00 Back&Arm ♡ Mizuki.S
20:30		20:30~21:30 Basic ♡ erico.M		20:30~21:30 Back&Arm ♡ Mizuki.S	20:30~21:30 Basic ♡ ayano.M		20:30~21:30 Pilates Barre Mizuki.S					

♡：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静岡店 Lesson Schedule

2024/11/16~2024/11/31

	11月16日(土)	11月17日(日)	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)	
10:30	10:30~11:30 Pilates Barre Mizuki.S	10:30~11:30 Basic ♪ ayano.M	close	10:30~11:30 Basic ♪ ayano.M	10:30~11:30 Back&Arm ♪ ayano.M		10:30~11:30 Basic ♪ erico.M	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Yume	
12:00	12:00~13:00 Back&Arm ♪ Yume	12:00~13:00 Release&Strength Yume		12:00~13:00 Pilates Barre Mizuki.S	12:00~13:00 Waist ♪ Yume		12:30~13:30 Jump to Burn Yume	12:00~13:00 Basic ♪ Mizuki.S	
13:30	13:30~14:30 Waist ♪ Mizuki.S	13:30~14:30 Basic ♪ ayano.M		13:30~14:30 Stretch&Conditioning ♪ Yume				15:00~16:00 Pilates Barre Mizuki.S	
15:00	15:00~16:00 Release&Strength Yume	15:00~16:00 Jump to Burn Yume							
17:30	17:30~18:30 Basic ♪ Mizuki.S			17:30~18:30 Waist ♪ 未定	17:30~18:30 Basic ♪ erico.M		17:30~18:30 Back&Arm ♪ Mizuki.S	17:30~18:30 Hip&Leg ♪ Mizuki.S	17:30~18:30 Back&Arm ♪ Yume
19:00				19:00~20:00 Basic ♪ erico.M	19:00~20:00 Hip&Leg ♪ Mizuki.S		19:00~20:00 Waist ♪ 未定	19:00~20:00 Basic ♪ ayano.M	
20:30			20:30~21:30 Back&Arm ♪ 未定	20:30~21:30 Release&Strength 未定	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Mizuki.S	20:30~21:30 Back&Arm ♪ 未定			

	11月24日(日)	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)	
10:30	10:30~11:30 Waist ♪ 未定	close	close	close		10:30~11:30 Back&Arm ♪ ayano.M	10:30~11:30 Waist ♪ erico.M	
12:00	12:00~13:00 Basic ♪ ayano.M					12:30~13:30 Waist ♪ erico.M	12:00~13:00 Release&Strength Mizuki.S	
13:30	13:30~14:30 Back&Arm ♪ 未定					13:30~14:30 Hip&Leg ♪ Yume		
15:00	15:00~16:00 Basic ♪ erico.M					15:00~16:00 Basic ♪ erico.M		
17:30						17:30~18:30 Back&Arm ♪ ayano.M	17:30~18:30 Basic ♪ erico.M	17:30~18:30 Jump to Burn Yume
19:00						19:00~20:00 Basic ♪ ayano.M	19:00~20:00 Hip&Leg ♪ Yume	
20:30		20:30~21:30 Stretch&Conditioning ♪ Yume	20:30~21:30 Jump to Burn Yume					

♪: 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)