



pilates

# pilates K 川越店 Lesson Schedule

更新日 2024/10/15

## 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 Hip&Leg 📍 Sakura.N	10:30~11:30 Basic 📍 Kiko.M	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📍 Chinatu	close	10:30~11:30 Basic 📍 Kiko.M	10:30~11:30 Hip&Leg 📍 Sakura.N		10:30~11:30 Basic 📍 Kiko.M
12:00	12:30~13:30 Basic 📍 Yuka	12:00~13:00 Back&Arm 📍 Sakura.N	12:00~13:00 Basic 📍 Kiko.M		12:30~13:30 Jump to Burn Itsuki	12:30~13:30 Basic 📍 Kiko.M		12:30~13:30 Waist 📍 Itsuki
13:30		13:30~14:30 Basic 📍 Kiko.M	13:30~14:30 Pilates Workout Itsuki					
15:00		15:00~16:00 Hip&Leg 📍 Sakura.N	15:00~16:00 Waist 📍 Chinatu					
17:00		17:30~18:30 Pilates Barre Itsuki						
18:00	18:00~19:00 Jump to Burn mayumi				18:00~19:00 Waist 📍 Itsuki	18:00~19:00 Basic 📍 Kiko.M	18:00~19:00 Back&Arm 📍 Sakura.N	18:00~19:00 Hip&Leg 📍 Sakura.N
19:30	19:30~20:30 Basic 📍 Sakura.N				19:30~20:30 Hip&Leg 📍 Sakura.N	19:30~20:30 Pilates Workout Itsuki	19:30~20:30 Basic 📍 Kiko.M	19:30~20:30 Back&Arm 📍 Sakura.N
21:00	21:00~22:00 Back&Arm 📍 mayumi				21:00~22:00 Back&Arm 📍 Sakura.N	21:00~22:00 Pilates Barre Itsuki	21:00~22:00 Hip&Leg 📍 Sakura.N	21:00~22:00 Basic 📍 未確定

	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 Waist 📍 Itsuki	10:30~11:30 Basic 📍 Kiko.M	close	10:30~11:30 Hip&Leg 📍 hoa	10:30~11:30 Basic 📍 未確定		10:30~11:30 Waist 📍 Itsuki	
12:00	12:00~13:00 Basic 📍 未確定	12:00~13:00 Hip&Leg 📍 Sakura.N		12:30~13:30 Stretch&Conditioning 📍 hoa	12:30~13:30 Pilates Workout Itsuki		12:30~13:30 Basic 📍 未確定	
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn Itsuki	13:30~14:30 Basic 📍 未確定						
15:00	15:00~16:00 Basic 📍 未確定	15:00~16:00 Pilates Barre Sakura.N						
17:00	17:30~18:30 Stretch&Conditioning 📍 Itsuki				18:00~19:00 Basic 📍 Kiko.M	18:00~19:00 Back&Arm 📍 Aiko	18:00~19:00 Basic 📍 Kiko.M	18:00~19:00 Jump to Burn Itsuki
19:30					19:30~20:30 Waist 📍 Itsuki	19:30~20:30 Basic 📍 未確定	19:30~20:30 Hip&Leg 📍 Sakura.N	19:30~20:30 Stretch&Conditioning 📍 Itsuki
21:00					21:00~22:00 Jump to Burn Itsuki	21:00~22:00 Waist 📍 Aiko	21:00~22:00 Pilates Barre Sakura.N	21:00~22:00 Basic 📍 Kiko.M

📍: 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 川越店店 Lesson Schedule

2024/11/16~2024/11/30

	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 Sakura.N	10:30~11:30 Back&Arm Sakura.N	close	10:30~11:30 Basic 未確定	10:30~11:30 Hip&Leg Sakura.N		10:30~11:30 Pilates Barre Sakura.N	10:30~11:30 Basic 未確定
12:00	12:00~13:00 Back&Arm Sakura.N	12:00~13:00 Basic Itsuki		12:30~13:30 Jump to Burn Itsuki	12:30~13:30 Basic 未確定		12:30~13:30 Back&Arm Sakura.N	12:00~13:00 Pilates Workout Itsuki
13:30	13:30~14:30 Basic 未確定	13:30~14:30 Hip&Leg Sakura.N		13:30~14:30 Stretch&Conditioning Itsuki	15:00~16:00 Pilates Workout Itsuki		15:00~16:00 Basic 未確定	17:30~18:30 Jump to Burn Itsuki
17:00	17:30~18:30 Basic 未確定			18:00~19:00 Hip&Leg Sakura.N	18:00~19:00 Pilates Barre Sakura.N		18:00~19:00 Back&Arm Mei.D	18:00~19:00 Basic Kiko.M
18:00				19:30~20:30 Basic Kiko.M	19:30~20:30 Waist Kiko.M		19:30~20:30 Basic 未確定	19:30~20:30 Waist Kiko.M
19:30				21:00~22:00 Back&Arm Sakura.N	21:00~22:00 Basic Kiko.M		21:00~22:00 Hip&Leg Mei.D	21:00~22:00 Basic 未確定
21:00								

	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 Kiko.M	close	close	close		10:30~11:30 Back&Arm Sakura.N	10:30~11:30 Hip&Leg Sakura.N
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg Sakura.N					12:00~13:00 Pilates Barre Sakura.N	
13:30	13:30~14:30 Basic Kiko.M					13:30~14:30 Basic Kiko.M	
15:00	15:00~16:00 Back&Arm Sakura.N					15:00~16:00 Release&Strength Itsuki	
17:00						17:30~18:30 Waist Kiko.M	
18:00						18:00~19:00 Basic 未確定	18:00~19:00 Hip&Leg Sakura.N
19:30						19:30~20:30 Jump to Burn Itsuki	19:30~20:30 Basic Kiko.M
21:00						21:00~22:00 Release&Strength Itsuki	21:00~22:00 Waist Kiko.M

👉: 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)