

pilatesK和光市店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月15日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
日	月	火	水	木	金	土	日
close	close	10:30~11:30 Jump to Burn anna	10:30~11:30 Waist YUNA.S		10:30~11:30 Stretch & Conditioning anna	10:30~11:30 Waist YUNA.S	close
		12:30~13:30 Basic YUNA.S	12:30~13:30 Jump to Burn anna		12:30~13:30 Back&Arm Aiko	12:30~13:30 Jump to Burn anna	
						14:30~15:30 Hip&Leg Aiko	
						16:30~17:30 Basic YUNA.S	
		18:00~19:00 Waist Aiko	18:00~19:00 Hip&Leg Aiko	18:00~19:00 Basic YUNA.S	18:00~19:00 Waist YUNA.S		
		19:30~20:30 Stretch & Conditioning anna	19:30~20:30 Basic YUNA.S	19:30~20:30 Back&Arm Aiko	19:30~20:30 Hip&Leg Aiko		
		21:00~22:00 Hip&Leg Aiko	21:00~22:00 Back&Arm Aiko	21:00~22:00 Waist YUNA.S	21:00~22:00 Basic YUNA.S		

pilatesK和光市店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30~11:30 Back&Arm Aiko	10:30~11:30 Basic Aiko		10:30~11:30 Waist sp Xmas anna	10:30~11:30 Basic Aiko	close	close
	12:30~13:30 Waist sp Xmas YUNA.S	12:30~13:30 Hip&Leg anna		12:30~13:30 Basic Miharu.K	12:30~13:30 Back&Arm anna		
					14:30~15:30 Waist sp Xmas Aiko		
					16:30~17:30 Jump to Burn anna		
	18:00~19:00 Stretch & Conditioning anna	18:00~19:00 Basic YUNA.S	18:00~19:00 Jump to Burn anna	18:00~19:00 Hip&Leg Aiko			
	19:30~20:30 Basic YUNA.S	19:30~20:30 Back&Arm anna	19:30~20:30 Waist sp Xmas YUNA.S	19:30~20:30 Stretch & Conditioning anna			
	21:00~22:00 Jump to Burn anna	21:00~22:00 Waist sp Xmas YUNA.S	21:00~22:00 Hip&Leg anna	21:00~22:00 Back&Arm Aiko			

：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。

pilatesK和光市店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月15日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 Waist sp Xmas YUNA.S	10:30～11:30 Back&Arm anna		10:30～11:30 Jump to Burn anna	10:30～11:30 Waist sp Xmas YUNA.S	close	close	10:30～11:30 Stretch & Conditioning anna
12:30～13:30 Jump to Burn anna	12:30～13:30 Basic YUNA.S		12:30～13:30 Stretch & Conditioning anna	12:30～13:30 Jump to Burn Aiko			12:30～13:30 Basic YUNA.S
				14:30～15:30 Basic YUNA.S			
				16:30～17:30 Hip&Leg Aiko			
18:00～19:00 Hip&Leg Ami	18:00～19:00 Waist sp Xmas Mirai	18:00～19:00 Basic YUNA.S	18:00～19:00 Back&Arm Aiko				18:00～19:00 Waist sp Xmas Aiko
19:30～20:30 Waist sp Xmas anna	19:30～20:30 Basic YUNA.S	19:30～20:30 Hip&Leg anna	19:30～20:30 Waist sp Xmas YUNA.S				19:30～20:30 Jump to Burn anna
21:00～22:00 Stretch & Conditioning Ami	21:00～22:00 Jump to Burn Mirai	21:00～22:00 Waist sp Xmas YUNA.S	21:00～22:00 Basic Aiko				21:00～22:00 Hip&Leg Aiko

pilatesK和光市店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 Basic YUNA.S		10:30～11:30 Jump to Burn Aiko	10:30～11:30 Basic Kiko	close	close	close
12:30～13:30 Hip&Leg Aiko		12:30～13:30 Basic Aiko	12:30～13:30 Jump to Burn anna			
			14:30～15:30 Waist Kiko			
			16:30～17:30 Basic YUNA.S			
18:00～19:00 Stretch & Conditioning anna	18:00～19:00 Waist YUNA.S	18:00～19:00 Basic YUNA.S				
19:30～20:30 Back&Arm Aiko	19:30～20:30 Jump to Burn Aiko	19:30～20:30 Hip&Leg anna				
21:00～22:00 Waist sp Xmas anna	21:00～22:00 Basic YUNA.S	21:00～22:00 Waist YUNA.S				

：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）