

pilatesK所沢店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年4月3日更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 Pilates Cardio Mei.D	10:30～11:30 Body Balance arisa	10:30～11:30 Basic YUKINA	10:30～11:30 Hip&Leg YUKINA	10:30～11:30 Power up Control YUKINA	10:30～11:30 Release&Strength arisa	close	10:30～11:30 Hip&Leg YUKINA
12:00～13:00 Stretch & Conditioning YUKINA	12:30～13:30 Back&Arm arisa	12:00～13:00 Animal Stretch YUKINA	12:00～13:00 Basic Rimi.Y	12:00～13:00 Pilates Barre Mei.D	12:00～13:00 Waist Mei.D		12:00～13:00 Power up Control YUKINA
13:30～14:30 Waist Mei.D		13:30～14:30 Hip&Leg Mei.D	13:30～14:30 Pilates Workout arisa	13:30～14:30 Basic Rimi.Y	13:30～14:30 Advance arisa		13:30～14:30 Basic Rimi.Y
				15:00～16:00 Back&Arm Mei.D	15:00～16:00 Basic Mei.D		
				17:30～18:30 Basic Rimi.Y			
18:00～19:00 Hip&Leg arisa	18:00～19:00 Waist Mei.D	18:00～19:00 Back&Arm Mei.D	18:00～19:00 Basic Rimi.Y				18:00～19:00 Pilates Cardio Mei.D
19:30～20:30 Body Balance arisa	19:30～20:30 Basic Rimi.Y	19:30～20:30 Pilates Barre arisa	19:30～20:30 Back&Arm YUKINA				19:30～20:30 Basic Rimi.Y
21:00～22:00 Basic Rimi.Y	21:00～22:00 Pilates Cardio Mei.D	21:00～22:00 Waist arisa	21:00～22:00 Release&Strength arisa				21:00～22:00 Waist Mei.D

pilatesK所沢店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30～11:30 Basic Mei.D	10:30～11:30 Back&Spine YUKINA	10:30～11:30 Pilates Cardio Mei.D	10:30～11:30 Basic Mei.D	10:30～11:30 Hip&Leg arisa	close	10:30～11:30 Advance arisa	10:30～11:30 Power up Control YUKINA
12:30～13:30 Pilates Barre Mei.D	12:00～13:00 Basic Rimi.Y	12:00～13:00 Waist Mei.D	12:00～13:00 Back&Arm YUKINA	12:00～13:00 Animal Stretch YUKINA		12:00～13:00 Back&Arm YUKINA	12:30～13:30 Basic YUKINA
	13:30～14:30 Back&Arm YUKINA	13:30～14:30 Basic Rimi.Y	13:30～14:30 Pilates Workout arisa	13:30～14:30 Basic arisa		13:30～14:30 Body Balance arisa	
			15:00～16:00 Waist Mei.D	15:00～16:00 Pilates Barre YUKINA			
			17:30～18:30 Release&Strength arisa				
18:00～19:00 Hip&Leg arisa	18:00～19:00 Basic Rimi.Y	18:00～19:00 Advance arisa				18:00～19:00 Back&Spine YUKINA	18:00～19:00 Waist Mei.D
19:30～20:30 Animal Stretch YUKINA	19:30～20:30 Body Balance arisa	19:30～20:30 Basic Rimi.Y				19:30～20:30 Hip&Leg Mei.D	19:30～20:30 Basic Rimi.Y
21:00～22:00 Stretch & Conditioning YUKINA	21:00～22:00 Pilates Barre arisa	21:00～22:00 Hip&Leg arisa				21:00～22:00 Basic Mei.D	21:00～22:00 Pilates Cardio Mei.D

👉: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時間前を切ったの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所沢店【4月17日～24日スケジュール】

2025年4月3日更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
10:30～11:30 Basic  Mei.D	10:30～11:30 Back&Arm  arisa	10:30～11:30 Hip&Leg  YUKINA	10:30～11:30 Back&Spine YUKINA	close	10:30～11:30 Back&Arm  YUKINA	10:30～11:30 Hip&Leg  YUKINA	10:30～11:30 Release&Strength arisa
12:00～13:00 Stretch & Conditioning  YUKINA	12:00～13:00 Hip&Leg  arisa	12:00～13:00 Pilates Cardio Mei.D	12:00～13:00 Basic  Kaoru.H		12:00～13:00 Basic  Nazuna.A	12:30～13:30 Pilates Workout arisa.O	12:00～13:00 Waist  arisa
13:30～14:30 Pilates Barre Mei.D	13:30～14:30 Basic  YUKINA	13:30～14:30 Basic  Rimi.Y	13:30～14:30 Power up Control YUKINA		13:30～14:30 Back&Spine YUKINA		13:30～14:30 Pilates Cardio Mei.D
		15:00～16:00 Pilates Barre YUKINA	15:00～16:00 Basic  Kaoru.H				
		17:30～18:30 Basic  Rimi.Y					
18:00～19:00 Hip&Leg  YUKINA	18:00～19:00 Basic  arisa				18:00～19:00 Basic  Nazuna.A	18:00～19:00 Pilates Cardio arisa	18:00～19:00 Pilates Barre YUKINA
19:30～20:30 Back&Arm  arisa	19:30～20:30 Power up Control YUKINA				19:30～20:30 Advance arisa	19:30～20:30 Stretch & Conditioning  YUKINA	19:30～20:30 Basic  Mei.D
21:00～22:00 Pilates Workout arisa	21:00～22:00 Stretch & Conditioning  YUKINA				21:00～22:00 Waist  arisa	21:00～22:00 Basic  arisa	21:00～22:00 Back&Arm  YUKINA

pilatesK所沢店【4月25日～4月30日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30～11:30 Hip&Leg  YUKINA	10:30～11:30 Animal Stretch YUKINA	10:30～11:30 Basic  Mei.D	close	10:30～11:30 Back&Spine arisa	10:30～11:30 Pilates Cardio Mei.D
12:00～13:00 Body Balance arisa	12:00～13:00 Waist  Mei.D	12:00～13:00 Pilates Barre arisa		12:00～13:00 Hip&Leg  YUKINA	12:30～13:30 Waist  Mei.D
13:30～14:30 Animal Stretch YUKINA	13:30～14:30 Back&Spine YUKINA	13:30～14:30 Back&Arm  Mei.D		13:30～14:30 Advance arisa	
	15:00～16:00 Basic  Mei.D	15:00～16:00 Body Balance arisa		15:00～16:00 Basic  YUKINA	
	17:30～18:30 Hip&Leg  Mei.D			17:30～18:30 Waist  arisa	
18:00～19:00 Basic  Ai.I					18:00～19:00 Basic  YUKINA
19:30～20:30 Back&Spine arisa					19:30～20:30 Body Balance arisa
21:00～22:00 Basic  Ai.I					21:00～22:00 Back&Spine YUKINA

：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）