

pilates K 和光市店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/05/14	更新
06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Waist YUNA.S		10:30 ~ 11:30 Basic Suzu.I	10:30 ~ 11:30 jump to burn Aino.H		10:30 ~ 11:30 Release&Strength YUNA.S	10:30 ~ 11:30 Waist misaki.N	10:30 ~ 11:30 Basic Suzu.I
12:30 ~ 13:30 Basic Suzu.I		12:00 ~ 13:00 jump to burn Aino.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Aino.H		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning YUNA.S	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Aino.H	12:30 ~ 13:30 Waist misaki.N
14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning YUNA.S		13:30 ~ 14:30 Basic Suzu.I			13:30 ~ 14:30 Waist YUNA.S	13:30 ~ 14:30 Back & Arm misaki.N	14:30 ~ 15:30 Basic Suzu.I
16:30 ~ 17:30 Basic Suzu.I						15:00 ~ 16:00 jump to burn Aino.H	16:30 ~ 17:30 Back & Arm misaki.N
						17:30 ~ 18:30 Pilates Barre misaki.N	
		18:00 ~ 19:00 Release&Strength YUNA.S	18:00 ~ 19:00 Waist YUNA.S	18:00 ~ 19:00 Basic Suzu.I	18:00 ~ 19:00 jump to burn Aino.H		
		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Aino.H	19:30 ~ 20:30 Basic Suzu.I	19:30 ~ 20:30 Waist YUNA.S	19:30 ~ 20:30 Basic Suzu.I		
		21:00 ~ 22:00 Waist YUNA.S	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning YUNA.S	21:00 ~ 22:00 Basic Suzu.I	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Aino.H		

pilates K 和光市店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/05/14	更新
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30 ~ 11:30 Back & Arm misaki.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre misaki.N		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Aino.H	10:30 ~ 11:30 Release&Strength YUNA.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm misaki.N	
	12:00 ~ 13:00 Waist YUNA.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm misaki.N		12:00 ~ 13:00 Basic インストラクター未確定	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre misaki.N	12:30 ~ 13:30 Basic Suzu.I	
	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre misaki.N			13:30 ~ 14:30 jump to burn Aino.H	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning YUNA.S	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre misaki.N	
					15:00 ~ 16:00 Basic misaki.N	16:30 ~ 17:30 Basic Suzu.I	
					17:30 ~ 18:30 Waist YUNA.S		
	18:00 ~ 19:00 jump to burn Aino.H	18:00 ~ 19:00 Basic Suzu.I	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Aino.H	18:00 ~ 19:00 Basic Suzu.I			
	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning YUNA.S	19:30 ~ 20:30 jump to burn Aino.H	19:30 ~ 20:30 Basic YUNA.S	19:30 ~ 20:30 Waist YUNA.S			
	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Aino.H	21:00 ~ 22:00 Basic Suzu.I	21:00 ~ 22:00 jump to burn Aino.H	21:00 ~ 22:00 Release&Strength YUNA.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 K 和光市店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/05/14 更新	
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre misaki.N	10:30 ~ 11:30 Release&Strength YUNA.S		10:30 ~ 11:30 Waist YUNA.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm misaki.N	10:30 ~ 11:30 jump to burn Aino.H		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Aino.H
12:00 ~ 13:00 Basic インストラクター未確定	12:30 ~ 13:30 Waist misaki.N		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning YUNA.S	12:00 ~ 13:00 Basic Suzu.i	12:30 ~ 13:30 Waist YUNA.S		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning YUNA.S
13:30 ~ 14:30 Back & Arm misaki.N			13:30 ~ 14:30 Basic インストラクター未確定	13:30 ~ 14:30 Waist misaki.N	14:30 ~ 15:30 Basic Suzu.i		13:30 ~ 14:30 jump to burn Aino.H
				15:00 ~ 16:00 Basic インストラクター未確定	16:30 ~ 17:30 Release&Strength YUNA.S		
				17:30 ~ 18:30 Pilates Barre misaki.N			
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning YUNA.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Aino.H	18:00 ~ 19:00 Waist YUNA.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn Aino.H				18:00 ~ 19:00 Back & Arm misaki.N
19:30 ~ 20:30 Waist YUNA.S	19:30 ~ 20:30 Basic インストラクター未確定	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Aino.H	19:30 ~ 20:30 Basic Suzu.i				19:30 ~ 20:30 Basic YUIMLM
21:00 ~ 22:00 Basic Suzu.i	21:00 ~ 22:00 jump to burn Aino.H	21:00 ~ 22:00 Release&Strength YUNA.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Aino.H				21:00 ~ 22:00 Pilates Barre misaki.N

pilates K 和光市店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/05/14 更新	
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Basic YUIMLM		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre misaki.N	10:30 ~ 11:30 Basic Suzu.i	10:30 ~ 11:30 Back & Arm misaki.N			
12:30 ~ 13:30 jump to burn Aino.H		12:00 ~ 13:00 Basic YUIMLM	12:00 ~ 13:00 Waist YUNA.S	12:30 ~ 13:30 jump to burn Aino.H			
		13:30 ~ 14:30 Back & Arm misaki.N	13:30 ~ 14:30 Basic YUIMLM	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre misaki.N			
			15:00 ~ 16:00 Release&Strength YUNA.S	16:30 ~ 17:30 Basic Suzu.i			
			17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning YUNA.S				
18:00 ~ 19:00 Basic Suzu.i	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre misaki.N	18:00 ~ 19:00 Basic Suzu.i					
19:30 ~ 20:30 Waist YUNA.S	19:30 ~ 20:30 Basic YUIMLM	19:30 ~ 20:30 jump to burn Aino.H					
21:00 ~ 22:00 Back & Arm misaki.N	21:00 ~ 22:00 Waist misaki.N	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Aino.H					

- ：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。