

pilates K 旭川永山パワーズ店

【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール

2025/05/25 更新

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
日 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sazuki	月 10:30 ~ 11:30 Waist Sazuki	火 10:30 ~ 11:30 Back & Arm Sazuki	水 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sazuki	木 10:30 ~ 11:30 Waist Sazuki	金 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg ayana.h	土 10:30 ~ 11:30 Basic Rico.H	日 10:30 ~ 11:30 Basic Rico.H
12:30 ~ 13:30 Basic Rico.H		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Sazuki	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Sazuki		12:00 ~ 13:00 Basic Rico.H	12:00 ~ 13:00 Basic インストラクター未確定	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg ayana.h
14:30 ~ 15:30 Back & Arm Sazuki		13:30 ~ 14:30 Basic Rico.H			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Sazuki	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg ayana.h	14:30 ~ 15:30 Basic Rico.H
16:30 ~ 17:30 Basic Rico.H						15:00 ~ 16:00 Basic インストラクター未確定	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg ayana.h
						17:30 ~ 18:30 Basic インストラクター未確定	
		18:00 ~ 19:00 Basic ayana.h	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg ayana.h	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg ayana.h	18:00 ~ 19:00 Basic Rico.H		
		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg ayana.h	19:30 ~ 20:30 Basic Rico.H	19:30 ~ 20:30 Basic Rico.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg ayana.h		
		21:00 ~ 22:00 Basic Rico.H	21:00 ~ 22:00 Basic ayana.h	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg ayana.h	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg ayana.h		

pilates K 旭川永山パワーズ店

【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール

2025/05/25 更新

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月 10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定	火 10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定			10:30 ~ 11:30 Back & Arm Sazuki	10:30 ~ 11:30 Basic Rico.H	10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定	
12:00 ~ 13:00 Waist Sazuki	12:30 ~ 13:00 Basic Rico.H			12:00 ~ 13:00 Basic インストラクター未確定	12:00 ~ 13:00 Basic インストラクター未確定	12:30 ~ 13:30 Waist Sazuki	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Sazuki				13:30 ~ 14:30 Waist Sazuki	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg ayana.h	14:30 ~ 15:30 Basic インストラクター未確定	
					15:00 ~ 16:00 Basic インストラクター未確定	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Sazuki	
					17:30 ~ 18:30 Hip & Leg ayana.h		
		18:00 ~ 19:00 Basic Rico.H	18:00 ~ 19:00 Waist Sazuki	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Sazuki	18:00 ~ 19:00 Basic Rico.H		
		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg ayana.h	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Sazuki	19:30 ~ 20:30 Basic Rico.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg ayana.h		
		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg ayana.h	21:00 ~ 22:00 Basic インストラクター未確定	21:00 ~ 22:00 Waist Sazuki	21:00 ~ 22:00 Basic Rico.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時間前を切って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。

pilates K 旭川永山パワーズ店 【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール						2025/05/25	更新
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg ayana.h	水 10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定	木 金 10:30 ~ 11:30 Asuka.K	土 10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定	日 10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Asuka.K		月 10:30 ~ 11:30 Basic Rico.H	
12:00 ~ 13:00 Basic Rico.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg ayana.h		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Asuka.K	12:00 ~ 13:00 Waist Asuka.K	12:30 ~ 13:30 Basic Rico.H	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg ayana.h	
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg ayana.h			13:30 ~ 14:30 Basic Rico.H	13:30 ~ 14:30 Basic インストラクター未確定	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Asuka.K	13:30 ~ 14:30 Basic Rico.H	
				15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Asuka.K	16:30 ~ 17:30 Basic Rico.H		
				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg ayana.h			
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Basic Rico.H	18:00 ~ 19:00 Waist Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg ayana.h			18:00 ~ 19:00 Basic インストラクター未確定	
19:30 ~ 20:30 Basic Rico.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg ayana.h	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Asuka.K	19:30 ~ 20:30 Basic インストラクター未確定			19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Asuka.K	
21:00 ~ 22:00 Waist Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Basic Rico.H	21:00 ~ 22:00 Basic Rico.H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg ayana.h			21:00 ~ 22:00 Waist Asuka.K	

pilates K 旭川永山パワーズ店 【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール						2025/05/25	更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水 10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Asuka.K	木 10:30 ~ 11:30 Basic Rico.H	金 10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定	土 10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定	日 10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定			
12:30 ~ 13:30 Basic インストラクター未確定		12:00 ~ 13:00 Waist Asuka.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg ayana.h	12:30 ~ 13:30 Back & Arm ayana.h			
		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Asuka.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm インストラクター未確定	14:30 ~ 15:30 Basic インストラクター未確定			
			15:00 ~ 16:00 Basic インストラクター未確定	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg ayana.h			
			17:30 ~ 18:30 Back & Arm インストラクター未確定				
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg ayana.h	18:00 ~ 19:00 Basic インストラクター未確定	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg ayana.h					
19:30 ~ 20:30 Basic ayana.h	19:30 ~ 20:30 Waist Asuka.K	19:30 ~ 20:30 Basic インストラクター未確定					
21:00 ~ 22:00 Waist Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg ayana.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時間前を切って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。

close

close