

pilates K 浦和PARCO店 【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール							2025/06/19	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 Back & Arm arisa.O	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kaoru.H	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout arisa.O	10:30 ~ 11:30 Back & Spine mayumi	10:30 ~ 11:30 Basic Kaoru.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm arisa.O	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch Yume	
12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Yume		12:00 ~ 13:00 Advance Yume	12:30 ~ 13:30 Basic Kaoru.H	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning arisa.O	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre mayumi	12:00 ~ 13:00 Back & Spine mayumi	12:30 ~ 13:30 Basic arisa.O	
14:30 ~ 15:30 Basic arisa.O		13:30 ~ 14:30 Basic Kaoru.H		13:30 ~ 14:30 Shape up waist mayumi	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kaoru.H	13:30 ~ 14:30 Basic arisa.O	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Yume	
16:30 ~ 17:30 Hip Punch Yume						15:00 ~ 16:00 Shape up waist mayumi	16:30 ~ 17:30 Back & Arm arisa.O	
						17:30 ~ 18:30 Body Balance arisa.O		
			18:00 ~ 19:00 jump to burn mayumi	18:00 ~ 19:00 Back & Arm arisa.O	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kaoru.H	18:00 ~ 19:00 Animal Stretch Yume		
			19:30 ~ 20:30 Release & Strength Yume	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Yume	19:30 ~ 20:30 Body Balance arisa.O	19:30 ~ 20:30 Waist mayumi		
			21:00 ~ 22:00 Waist mayumi	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Yume	21:00 ~ 22:00 Basic Kaoru.H	21:00 ~ 22:00 Hip Punch Yume		

pilates K 浦和PARCO店 【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール							2025/06/19	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 Pilates Barre mayumi	10:30 ~ 11:30 Shape up waist mayumi	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Yume	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Chinatsu	10:30 ~ 11:30 Basic arisa.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout arisa.O		
	12:00 ~ 13:00 Release & Strength mayumi	12:30 ~ 13:30 Back & Spine mayumi	12:00 ~ 13:00 Waist Yume	12:00 ~ 13:00 Back & Arm arisa.O	12:00 ~ 13:00 jump to burn mayumi	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Kaoru.H		
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm arisa.O		13:30 ~ 14:30 Basic Kaoru.H	13:30 ~ 14:30 Waist Chinatsu	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg arisa.O	14:30 ~ 15:30 Back & Arm arisa.O		
					15:00 ~ 16:00 Pilates Barre mayumi	16:30 ~ 17:30 Basic Kaoru.H		
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm arisa.O			
	18:00 ~ 19:00 Basic Kaoru.H	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning arisa.O	18:00 ~ 19:00 Advance mayumi	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kaoru.H				
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kaoru.H	19:30 ~ 20:30 Basic Kaoru.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kaoru.H	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout arisa.O				
	21:00 ~ 22:00 Body Balance arisa.O	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kaoru.H	21:00 ~ 22:00 Back & Spine mayumi	21:00 ~ 22:00 Basic Kaoru.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。

pilates K 浦和PARCO店 【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール 2025/06/19 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 Waist mayumi	10:30 ~ 11:30 Basic Momoka.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Yume	10:30 ~ 11:30 Basic Momoka.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg arisa.O	10:30 ~ 11:30 Waist Yume	close	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch Yume
12:00 ~ 13:00 Basic Momoka.Y	12:30 ~ 13:00 Waist mayumi	12:00 ~ 13:00 Basic Momoka.Y	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kaoru.H	12:00 ~ 13:00 Basic Momoka.Y	12:30 ~ 13:00 Body Balance arisa.O		12:00 ~ 13:00 Back & Arm arisa.O
13:30 ~ 14:30 Back & Spine mayumi		13:30 ~ 14:30 Advance Yume	13:30 ~ 14:30 Shape up waist mayumi	13:30 ~ 14:30 Advance mayumi	14:30 ~ 15:30 Basic arisa.O		13:30 ~ 14:30 Hip Punch Yume
				15:00 ~ 16:00 Pilates Workout arisa.O	16:30 ~ 17:30 Hip Punch Yume		
				17:30 ~ 18:30 Release&Strength mayumi			
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning arisa.O	18:00 ~ 19:00 Back & Arm arisa.O	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kaoru.H	18:00 ~ 19:00 Back & Spine mayumi				18:00 ~ 19:00 Basic Momoka.Y
19:30 ~ 20:30 Back & Arm arisa.O	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kaoru.H	19:30 ~ 20:30 Shape up waist mayumi	19:30 ~ 20:30 Animal Stretch Yume				19:30 ~ 20:30 Release&Strength mayumi
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kaoru.H	21:00 ~ 22:00 Body Balance arisa.O	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning arisa.O	21:00 ~ 22:00 Back & Arm arisa.O				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kaoru.H

pilates K 浦和PARCO店 【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール 2025/06/19 更新

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 Body Balance arisa.O	10:30 ~ 11:30 Back & Arm arisa.O	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning arisa.O	10:30 ~ 11:30 Basic Kaoru.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kaoru.H	close
12:30 ~ 13:30 Shape up waist Yume	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Yume	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg arisa.O	12:00 ~ 13:00 jump to burn mayumi	12:30 ~ 13:30 Waist mayumi	
	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout arisa.O	13:30 ~ 14:30 Basic Momoka.Y	13:30 ~ 14:30 Back & Spine mayumi	14:30 ~ 15:30 Basic Kaoru.H	
			15:00 ~ 16:00 Basic Momoka.Y	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre mayumi	
			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kaoru.H		
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kaoru.H	18:00 ~ 19:00 Body Balance arisa.O	18:00 ~ 19:00 Waist mayumi			
19:30 ~ 20:30 Basic Momoka.Y	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kaoru.H	19:30 ~ 20:30 Basic Kaoru.H			
21:00 ~ 22:00 jump to burn mayumi	21:00 ~ 22:00 Basic Momoka.Y	21:00 ~ 22:00 Advance mayumi			

※ 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。