

pilates K アリオ鳳店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2025/06/14 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
							10:30 ~ 11:30 Waist 🌿 Ikumi.S
							12:30 ~ 13:30 Basic 🌿 Yua.S
							18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 Ikumi.S
							20:30 ~ 21:30 Basic 🌿 Harune.A

pilates K アリオ鳳店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/06/14 更新	
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Harune.A		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🌿 Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌿 On	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Harune.A		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Harune.A
12:30 ~ 13:30 Basic 🌿 Yua.S		12:30 ~ 13:30 Basic 🌿 Yua.S	12:30 ~ 13:30 Basic 🌿 Yua.S	12:30 ~ 13:00 Waist 🌿 未確定		12:30 ~ 13:30 Basic 🌿 Harune.A	12:30 ~ 13:30 Waist 🌿 Yuna
			14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🌿 On	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🌿 Ikumi.S			
				16:30 ~ 17:30 Harune.A			
			17:00 ~ 18:00 Basic 🌿 Yua.S				
18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 Harune.A	18:00 ~ 19:00 Waist 🌿 Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 Ikumi.S				18:00 ~ 19:00 Waist 🌿 Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌿 Yuna
20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 🌿 Ikumi.S	20:30 ~ 21:30 Basic 🌿 Harune.A	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🌿 mao.y				20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🌿 anna	20:30 ~ 21:30 Basic 🌿 Yua.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時間前を切つ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。

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Yua.S	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Yua.S	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Ikumi.S	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 anna	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Ikumi.S	
	12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 未確定	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍃 sayaka.T	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Yua.S		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 anna	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Yua.S	
		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Yua.S	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍃 Ikumi.S				
			15:30 ~ 16:30 Basic 🍃 Yua.S				
		17:00 ~ 18:00 Waist 🍃 sayaka.T					
18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 未確定	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Harune.A				18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Harune.A	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Harune.A
20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Yua.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 未確定				20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Yua.S	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Harune.A	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 未確定

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Harune.A	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Harune.A	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Harune.A	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Harune.A	
12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Yua.S	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Yua.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 mai.M		12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 On	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Yua.S	
	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Ikumi.S	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Harune.A				
		15:30 ~ 16:30 Hip & Leg 🍃 mai.M				
	17:00 ~ 18:00 Basic 🍃 Yua.S					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Yuna				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Yua.S	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Ikumi.S
20:30 ~ 21:30 Waist 🍃 Yuna				20:30 ~ 21:30 Waist 🍃 Ikumi.S	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 On	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Yua.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。