



|  |  |                                          |                                      |                                         |                                      |  |  |
|--|--|------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------|--|--|
|  |  | 18:00 ~ 19:00<br>Jump to burn<br>Kiko.M  | 18:00 ~ 19:00<br>Back & Arm<br>Rin.K | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>Kotono.C      | 18:00 ~ 19:00<br>Hip & Leg<br>Ali.J  |  |  |
|  |  | 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>Hinata.S       | 19:30 ~ 20:30<br>Waist<br>Kotono.C   | 19:30 ~ 20:30<br>Pilates Barre<br>Rin.K | 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>Mao.F      |  |  |
|  |  | 21:00 ~ 22:00<br>Back & Arm<br>Chizuru.S | 21:00 ~ 22:00<br>Basic<br>Hinata.S   | 21:00 ~ 22:00<br>Waist<br>Kotono.C      | 21:00 ~ 22:00<br>Back & Arm<br>Ali.J |  |  |

| pilates K 川越店 |                                          | 【 08/25 ~ 08/31 】                        |                                                   |                                          |                                          | スケジュール                                   |  | 2025/07/22 | 更新 |
|---------------|------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|--|------------|----|
| 08/25         | 08/26                                    | 08/27                                    | 08/28                                             | 08/29                                    | 08/30                                    | 08/31                                    |  |            |    |
| 月             | 火                                        | 水                                        | 木                                                 | 金                                        | 土                                        | 日                                        |  |            |    |
| close         | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>Ali.J     | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>Mao.F          |                                                   | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>Kotono.C       | 10:30 ~ 11:30<br>Hip & Leg<br>Ali.J      | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>Rin.K          |  |            |    |
|               | 12:00 ~ 13:00<br>Basic<br>Mao.F          | 12:30 ~ 13:30<br>Back & Arm<br>Chizuru.S |                                                   | 12:00 ~ 13:00<br>Back & Arm<br>Chizuru.S | 12:00 ~ 13:00<br>Waist<br>Rin.K          | 12:30 ~ 13:30<br>Back & Arm<br>Chizuru.S |  |            |    |
|               | 13:30 ~ 14:30<br>Hip & Leg<br>Ali.J      |                                          |                                                   | 13:30 ~ 14:30<br>Waist<br>Kotono.C       | 13:30 ~ 14:30<br>Back & Arm<br>Chizuru.S | 14:30 ~ 15:30<br>Basic<br>Mao.F          |  |            |    |
|               |                                          |                                          |                                                   |                                          | 15:00 ~ 16:00<br>Basic<br>Ali.J          | 16:30 ~ 17:30<br>Pilates Barre<br>Rin.K  |  |            |    |
|               |                                          |                                          |                                                   |                                          |                                          |                                          |  |            |    |
|               |                                          |                                          |                                                   |                                          | 17:30 ~ 18:30<br>Hip & Leg<br>Ali.J      |                                          |  |            |    |
|               | 18:00 ~ 19:00<br>Waist<br>Kotono.C       | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>Kotono.C       | 18:00 ~ 19:00<br>Stretch & Conditioning<br>Kiko.M | 18:00 ~ 19:00<br>Back & Arm<br>Chizuru.S |                                          |                                          |  |            |    |
|               | 19:30 ~ 20:30<br>Back & Arm<br>Chizuru.S | 19:30 ~ 20:30<br>Hip & Leg<br>Ali.J      | 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>Mao.F                   | 19:30 ~ 20:30<br>Pilates Barre<br>Rin.K  |                                          |                                          |  |            |    |
|               | 21:00 ~ 22:00<br>Pilates Barre<br>Rin.K  | 21:00 ~ 22:00<br>Waist<br>Rin.K          | 21:00 ~ 22:00<br>Back & Arm<br>Ali.J              | 21:00 ~ 22:00<br>Basic<br>Mao.F          |                                          |                                          |  |            |    |
|               |                                          |                                          |                                                   |                                          |                                          |                                          |  |            |    |

※休館日(レッスン)  
・レッスンの実施およびキャンセル料金は本会館のホームページにて発表いたします。詳細はWEBサイトまでご確認ください。  
・ご予約は必ずレッスン前までにキャンセルをさせていただきます。1週間前までにキャンセルしてください。  
・レッスン1週間前(1週間前)までキャンセル料金は本会館のホームページにて発表いたします。  
※本会館のキャンセル料金は本会館のホームページにて発表いたします。