

pilatesK かわぐちスタジオ

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/18 更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Noa.m	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Yuina.D	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Yuina.D	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Machi.S	10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.K	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Machi.S		
12:00 ~ 13:00 Basic Yuina.D	12:30 ~ 13:30 Waist Chihiro.K		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Noa.m	12:30 ~ 13:00 Waist Chihiro.K	12:30 ~ 13:30 Advance Noa.m		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yuina.D		
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yuina.D	close		13:30 ~ 14:30 Waist Chihiro.K	13:30 ~ 14:30 Basic Noa.m	14:30 ~ 15:30 Waist Chihiro.K		13:30 ~ 14:30 Basic Machi.S		
close			15:00 ~ 16:00 Advance Noa.m	15:00 ~ 16:00 Waist Chihiro.K	16:30 ~ 17:30 Basic Noa.m		close	close	
			17:30 ~ 18:30 Waist Chihiro.K	17:30 ~ 18:30 Basic Machi.S					
			18:00 ~ 19:00 Advance Noa.m	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Noa.m	18:00 ~ 19:00 Basic Machi.S				18:00 ~ 19:00 Waist Chihiro.K
			19:30 ~ 20:30 Release&Strength Machi.S	19:30 ~ 20:30 Basic Machi.S	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Yuina.D				19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Yuina.D
			21:00 ~ 22:00 Basic Machi.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Machi.S	21:00 ~ 22:00 Basic Machi.S				21:00 ~ 22:00 Waist Chihiro.K

pilatesK かわぐちスタジオ

【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31		
水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.K	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Noa.m	10:30 ~ 11:30 Basic Noa.m	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Yuina.D	close	10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.K		
12:30 ~ 13:30 Release&Strength Machi.S		12:00 ~ 13:00 Basic Machi.S	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Machi.S	12:30 ~ 13:30 Waist Chihiro.K		12:00 ~ 13:00 Basic Noa.m		
close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Noa.m	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Machi.S	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Yuina.D		13:30 ~ 14:30 Waist Chihiro.K		
		15:00 ~ 16:00 Basic Noa.m	16:30 ~ 17:30 Waist Chihiro.K	close		close		
		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Noa.m						
		18:00 ~ 19:00 Back & Spine Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Machi.S				18:00 ~ 19:00 Waist Chihiro.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yuina.D
		19:30 ~ 20:30 Basic Noa.m	19:30 ~ 20:30 Waist Chihiro.K				19:30 ~ 20:30 Basic Machi.S	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Machi.S
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Noa.m		21:00 ~ 22:00 Release&Strength Machi.S	21:00 ~ 22:00 Waist Chihiro.K				21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Machi.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。