

pilatesK リコ八東大和

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/03/18 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 Body Balance Yuri.T	10:30 ~ 11:30 Basic Risa.I	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa.I	10:30 ~ 11:30 Basic Yui.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Honoka.K	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuri.T		
12:00 ~ 13:00 Basic ayu.s	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Yuri.T		12:00 ~ 13:00 Basic Yuri.T	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Yuri.T	12:30 ~ 13:30 Basic Honoka.K		12:00 ~ 13:00 Waist Yui.S		
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yuri.T	close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yuri.T	13:30 ~ 14:30 Waist Yui.S	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Risa.I		13:30 ~ 14:30 Body Balance Yuri.T		
close			15:00 ~ 16:00 Waist Yui.S	15:00 ~ 16:00 Body Balance Yuri.T	16:30 ~ 17:30 Basic Yui.S		close	close	
			17:30 ~ 18:30 Body Balance Yuri.T	17:30 ~ 18:30 Basic Yui.S	close				
			18:00 ~ 19:00 Waist Yui.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm ayu.s					close
			19:30 ~ 20:30 Back & Arm ayu.s	19:30 ~ 20:30 Basic ayu.s					
			21:00 ~ 22:00 Basic Yui.S	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Yuri.T					

pilatesK リコ八東大和

【 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 Stretch & Conditioning Risa.I	close	10:30 ~ 11:30 Basic ayu.s	10:30 ~ 11:30 Body Balance yuna.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa.I	close	10:30 ~ 11:30 Basic ayu.s		
12:00 ~ 13:00 Basic ayu.s		12:00 ~ 13:00 Waist ayu.s	12:00 ~ 13:00 Basic yuna.H	12:30 ~ 13:30 Waist ayu.s		12:00 ~ 13:00 Waist Yui.S		
close		13:30 ~ 14:30 Basic Yui.S	13:30 ~ 14:30 Waist ayu.s	14:30 ~ 15:30 Basic Yui.S		13:30 ~ 14:30 Back & Arm ayu.s		
		15:00 ~ 16:00 Basic Yui.S	16:30 ~ 17:30 Back & Arm ayu.s	close		close		
		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Yuri.T	close					
		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Yuri.T					18:00 ~ 19:00 Basic Yui.S	18:00 ~ 19:00 Waist Yui.S
		19:30 ~ 20:30 Basic Yui.S					19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Risa.I	19:30 ~ 20:30 Waist Yui.S
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuri.T					21:00 ~ 22:00 Body Balance Yuri.T	21:00 ~ 22:00 Waist ayu.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週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。