

pilatesK 春日店

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/03/03 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 Basic natsuki.a	10:30 ~ 11:30 Back&Arm karin.N	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength natsuki.a	10:30 ~ 11:30 Shape up waist sumire.a	10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未確定	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Karin.M			
12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Karin.M	12:00 ~ 13:00 Release&Strength natsuki.a		12:00 ~ 13:00 Basic natsuki.a	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Karin.M	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning Karin.M		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Karin.M			
13:30 ~ 14:30 Shape up waist natsuki.a	close		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg karin.N	13:30 ~ 14:30 Pre Basic karin.N	14:30 ~ 15:30 Back&Arm 未確定		13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未確定			
close			15:00 ~ 16:00 Reset Flow karin.N	15:00 ~ 16:00 Back&Arm sumire.a	16:30 ~ 17:30 Waist Sakura.K		close	close		
			17:30 ~ 18:30 Shape up waist natsuki.a	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Karin.M	close				18:00 ~ 19:00 Back&Arm Airi.T	18:00 ~ 19:00 Waist Sakura.K
			19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Karin.M	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Karin.M					19:30 ~ 20:30 Back&Arm karin.N	19:30 ~ 20:30 Back&Arm 未確定
21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Airi.T			21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Chizuru.S	21:00 ~ 22:00 Pre Basic karin.N	close		close	21:00 ~ 22:00 Waist Sakura.K		

pilatesK 春日店

【 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 Shape up waist Karin.M	close	10:30 ~ 11:30 Basic Karin.M	10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未確定	10:30 ~ 11:30 Body Balance natsuki.a	close	10:30 ~ 11:30 Waist karin.N	
12:30 ~ 13:30 Back&Arm 未確定		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Karin.M	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Karin.M	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Karin.M		12:00 ~ 13:00 Reset Flow karin.N	
13:30		13:30 ~ 14:30 Release&Strength natsuki.a	13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未確定	14:30 ~ 15:30 Basic natsuki.a		13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Karin.M	
		close	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Karin.M	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Karin.M		close	close
			17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Karin.M	close			
19:30 ~ 20:30 Basic natsuki.a		19:30 ~ 20:30 Waist Seina.	19:30 ~ 20:30 Back&Arm 未確定			close	close
21:00 ~ 22:00 Body Balance natsuki.a		21:00 ~ 22:00 Back&Arm 未確定	21:00 ~ 22:00 Basic natsuki.a	close			

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みください。
 ・レッスン開始時間1週間前までキャンセルは可能ですが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に引当り制限されます。