

pilatesK 筑業野店 【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2020/03/19 更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Rion.S	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rion.S	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Misaki.J	10:30 ~ 11:30 Basic rena.H	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rion.S	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Rion.S	
12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Misaki.J		12:00 ~ 13:00 Basic rena.H	12:00 ~ 13:00 Waist Ayaka	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Misaki.J		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Rion.S	12:30 ~ 13:30 Basic rena.H	
close		13:30 ~ 14:30 jump to burn Rion.S	13:30 ~ 14:30 Basic rena.H	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg rena.H		13:30 ~ 14:30 Release & Strength Misaki.J	close	
		close	15:00 ~ 16:00 Waist Ayaka	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Misaki.J		close		
			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg rena.H					
18:00 ~ 19:00 Body Balance rena.H		18:00 ~ 19:00 Basic Rion.S	18:00 ~ 19:00 Waist Ayaka	close		close	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Misaki.J	18:00 ~ 19:00 Waist Ayaka
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rion.S		19:30 ~ 20:30 Waist Ayaka	19:30 ~ 20:30 Body Balance rena.H				19:30 ~ 20:30 Waist Ayaka	19:30 ~ 20:30 jump to burn Misaki.J
21:00 ~ 22:00 Basic rena.H		21:00 ~ 22:00 Shape up waist Rion.S	21:00 ~ 22:00 Waist Ayaka				21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Misaki.J	21:00 ~ 22:00 Waist Ayaka

pilatesK 筑業野店 【 04/09 ~ 04/16 】 スケジュール

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Rion.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Rion.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Misaki.J	close	10:30 ~ 11:30 Basic Rion.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg rena.H	close		
	12:00 ~ 13:00 Body Balance rena.H	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg rena.H	12:30 ~ 13:30 Waist Ayaka		12:00 ~ 13:00 jump to burn Misaki.J	12:00 ~ 13:00 Waist Ayaka			
	13:30 ~ 14:30 Basic rena.H	13:30 ~ 14:30 Waist Ayaka	14:30 ~ 15:30 jump to burn Misaki.J		13:30 ~ 14:30 Body Balance rena.H	13:30 ~ 14:30 Basic Rion.S			
	close	15:00 ~ 16:00 Basic rena.H	16:30 ~ 17:30 Waist Ayaka		close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Rion.S		15:00 ~ 16:00 Waist Ayaka	
		close	17:30 ~ 18:30 Waist Ayaka			17:30 ~ 18:30 Waist Ayaka		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Misaki.J	
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rion.S		18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Misaki.J		close	close		close	close
	19:30 ~ 20:30 Basic rena.H	19:30 ~ 20:30 Waist Ayaka	19:30 ~ 20:30 Body Balance rena.H						
	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Rion.S	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Misaki.J	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Misaki.J						

・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週間前までお問い合わせしております。
 ・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。

pilatesK 筑業野店

【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール

2026/03/13 更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24		
金	土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30 Back&Arm Rion.S	10:30 ~ 11:30 Waist Ayaka	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Rion.S	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Rion.S	10:30 ~ 11:30 Waist Ayaka	close	10:30 ~ 11:30 Waist Ayaka		
12:00 ~ 13:00 Waist Ayaka	12:00 ~ 13:00 jump to burn Misaki.J	12:30 ~ 13:30 Body Balance rena.H		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Misaki.J	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Rion.S		12:00 ~ 13:00 Basic rena.H		
13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Rion.S	13:30 ~ 14:30 Basic rena.H	14:30 ~ 15:30 Waist Ayaka		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Rion.S			13:30 ~ 14:30 Waist Ayaka		
close	15:00 ~ 16:00 Waist Ayaka	16:30 ~ 17:30 Basic rena.H		close	close		close	close	close
	close								
	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg rena.H								
18:00 ~ 19:00 Release&Strength Misaki.J	close	close		close	18:00 ~ 19:00 Waist Ayaka		18:00 ~ 19:00 Hip&Leg rena.H	18:00 ~ 19:00 jump to burn Misaki.J	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Misaki.J
19:30 ~ 20:30 Basic rena.H					19:30 ~ 20:30 Basic rena.H		19:30 ~ 20:30 Waist Ayaka	19:30 ~ 20:30 Basic rena.H	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Rion.S
21:00 ~ 22:00 jump to burn Misaki.J					21:00 ~ 22:00 Waist Ayaka		21:00 ~ 22:00 Basic rena.H	21:00 ~ 22:00 Waist Ayaka	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Rion.S

pilatesK 筑業野店

【 04/25 ~ 04/30 】 スケジュール

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30		
土	日	月	火	水	木		
10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Misaki.J	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Rion.S	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Rion.S	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Misaki.J	close		
12:00 ~ 13:00 Waist Ayaka	12:00 ~ 13:00 Basic Rion.S		12:00 ~ 13:00 jump to burn Misaki.J	12:00 ~ 13:00 Waist Ayaka			
13:30 ~ 14:30 Back&Arm Rion.S	14:30 ~ 15:30 Stretch&Conditioning Misaki.J		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Rion.S	13:30 ~ 14:30 Basic rena.H			
15:00 ~ 16:00 Release&Strength Misaki.J	16:30 ~ 17:30 Waist Ayaka		close	close		15:00 ~ 16:00 Body Balance rena.H	
close	close					close	close
close	close		close	18:00 ~ 19:00 Basic rena.H		close	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Misaki.J
				19:30 ~ 20:30 Release&Strength Misaki.J			19:30 ~ 20:30 Waist Ayaka
				21:00 ~ 22:00 Hip&Leg rena.H			21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Rion.S

・休職可能レッスン
 ・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週間前までにお願しております。
 ・レッスン開始時刻1時間前までのご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に引回し制限されます。