

pilatesK りんくろ泉南店 【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2020/04/12 更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08		
金	土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30 Basic Kanna.K	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Kanna.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Yuka.f	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Kazuna.K	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Marina.K	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Yuka.f		
12:00 ~ 13:00 Waist Yuka.f	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Kazuna.K	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Kanna.K		12:00 ~ 13:00 Hip Punch Marina.K	12:00 ~ 13:00 Basic Yuka.f		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Kanna.K		
13:30 ~ 14:30 jump to burn Kanna.K	13:30 ~ 14:30 Waist Marina.K	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Kazuna.K		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Marina.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Kazuna.K		13:30 ~ 14:30 Basic Yuka.f		
close	15:00 ~ 16:00 Stretch&Conditioning Kazuna.K	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Kanna.K		15:00 ~ 16:00 Basic Yuka.f	15:00 ~ 16:00 Waist Yuka.f		close		
	17:30 ~ 18:30 Basic Kanna.K			17:30 ~ 18:30 Shape up waist Yuka.f	17:30 ~ 18:30 Basic Marina.K				
18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kazuna.K	close	close		close	close		close	18:00 ~ 19:00 Basic Kanna.K	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Marina.K
19:30 ~ 20:30 Shape up waist Yuka.f								19:30 ~ 20:30 Release&Strength Marina.K	19:30 ~ 20:30 jump to burn Kanna.K
21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning Kazuna.K								21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Kanna.K	21:00 ~ 22:00 Basic Marina.K

pilatesK りんくろ泉南店 【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16				
土	日	月	火	水	木	金	土				
10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kazuna.K	10:30 ~ 11:30 Basic Yuka.f	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Kanna.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Kazuna.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Yuka.f	10:30 ~ 11:30 Basic Yuka.f				
12:00 ~ 13:00 Basic Kanna.K	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Yuka.f		12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning Kazuna.K	12:30 ~ 13:30 Waist Yuka.f		12:00 ~ 13:00 Hip Punch Marina.K	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Marina.K				
13:30 ~ 14:30 Pre Basic Kazuna.K	14:30 ~ 15:30 jump to burn Kanna.K		13:30 ~ 14:30 Basic Kanna.K			13:30 ~ 14:30 Waist Yuka.f	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Marina.K				
15:00 ~ 16:00 Back&Arm Kanna.K	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Kanna.K						15:00 ~ 16:00 Waist Yuka.f				
close	close		close	close		close	close	17:30 ~ 18:30 Waist Yuka.f	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Kazuna.K		
								18:00 ~ 19:00 Waist Yuka.f	18:00 ~ 19:00 Hip Punch Marina.K	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Kazuna.K	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Kanna.K
								19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kazuna.K	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Kanna.K	19:30 ~ 20:30 jump to burn Kanna.K	19:30 ~ 20:30 Basic Marina.K
				21:00 ~ 22:00 Basic Yuka.f		21:00 ~ 22:00 Release&Strength Marina.K	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Kazuna.K	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Kanna.K	21:00 ~ 22:00 close		

・休館可能レッスン  
 ・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週間前までにお申し込みしております。  
 ・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。

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24										
日	月	火	水	木	金	土	日										
10:30 ~ 11:30 Hip Punch Marina.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Yuka.f	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Kanna.K	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Marina.K	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Kanna.K	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Kazuna.K										
12:30 ~ 13:30 Basic Kanna.K		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Yuka.f	12:30 ~ 13:30 jump to burn Marina.K		12:00 ~ 13:00 Basic Yuka.f	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Kazuna.K	12:30 ~ 13:30 Hip Punch Marina.K										
14:30 ~ 15:30 Waist Marina.K		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Marina.K	close		close	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Marina.K	13:30 ~ 14:30 jump to burn Kanna.K	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Kazuna.K									
16:30 ~ 17:30 Pre Basic Kazuna.K		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Basic Yuka.f	16:30 ~ 17:30 Waist Marina.K							
close									close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Kazuna.K	close			
													18:00 ~ 19:00 Basic Kanna.K		18:00 ~ 19:00 Shape up waist Yuka.f	18:00 ~ 19:00 Waist Marina.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kanna.K
													19:30 ~ 20:30 Hip Punch Marina.K		19:30 ~ 20:30 Pre Basic Kazuna.K	19:30 ~ 20:30 Basic Yuka.f	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Yuka.f
													21:00 ~ 22:00 Back&Arm Kanna.K		21:00 ~ 22:00 Waist Yuka.f	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Marina.K	21:00 ~ 22:00 Basic Kanna.K

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31							
月	火	水	木	金	土	日							
close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kazuna.K	close	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kazuna.K	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Marina.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kanna.K							
	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Marina.K			12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kanna.K	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Kanna.K	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Kazuna.K							
	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Kazuna.K			14:00 ~ 15:00 Hip & Leg Kazuna.K	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Kazuna.K	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Marina.K	14:30 ~ 15:30 Basic Marina.K						
	15:00 ~ 16:00 Waist Marina.K			15:30 ~ 16:30 Release&Strength Marina.K	close	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Kanna.K	16:30 ~ 17:30 jump to burn Kanna.K					
	close			close			close	close	close	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Kanna.K	close		
										18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Kazuna.K		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kazuna.K	18:00 ~ 19:00 Hip Punch Marina.K
										19:30 ~ 20:30 Basic Marina.K		19:30 ~ 20:30 jump to burn Kanna.K	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Kanna.K
	close			close			close	close	close	close	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Kazuna.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kazuna.K	21:00 ~ 22:00 Basic Marina.K

・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週間前までにお申し込みください。  
 ・レッスン開始時刻1週間前までのキャンセルは尚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。