

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

2020/04/08 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 Pre Basic 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	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Misaki.J	18:00 ~ 19:00 Waist Ayaka	
		close	close	15:00 ~ 16:00 Waist Ayaka		16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Misaki.J		19:30 ~ 20:30 Waist Ayaka	19:30 ~ 20:30 jump to burn Misaki.J	
				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg rena.H		close		close	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Misaki.J	21:00 ~ 22:00 Waist Ayaka
				18:00 ~ 19:00 Body Balance rena.H					18:00 ~ 19:00 Basic Rion.S	19:00 ~ 19:30 Waist Ayaka
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rion.S		19:30 ~ 20:30 Waist Ayaka	19:30 ~ 20:30 Body Balance rena.H	close		close	close	close	close	
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 Basic rena.H

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 Pre Basic 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	close	15:00 ~ 16:00 Basic rena.H		16:30 ~ 17:30 Waist Ayaka	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Rion.S		15:00 ~ 16:00 Waist Ayaka	
			close		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
	19:30 ~ 20:30 Basic rena.H	19:30 ~ 20:30 Waist Ayaka	close		close	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				close		close	21:00 ~ 22:00 Pre Basic 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

2026/04/03 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 Waist Ayaka	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 Basic rena.H	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 Waist Ayaka	13:30 ~ 14:30 Waist Ayaka		13:30 ~ 14:30 Waist Ayaka	
close	15:00 ~ 16:00 Waist Ayaka	16:30 ~ 17:30 Basic rena.H		close	close		close	close
18:00 ~ 19:00 Release&Strength Misaki.J	close	close		18:00 ~ 19:00 Back&Arm Rion.S	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg rena.H		18:00 ~ 19:00 jump to burn Misaki.J	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Misaki.J
19:30 ~ 20:30 Basic rena.H	close	close		19:30 ~ 20:30 Body Balance 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	close	close		21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Rion.S	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 Pre Basic 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 ~ 13:30 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		15:00 ~ 16:00 Body Balance rena.H	17:30 ~ 18:30 Waist Ayaka	
close	close		18:00 ~ 19:00 Basic rena.H	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Misaki.J	
17:30 ~ 18:30 Shape up waist Rion.S	close		19:30 ~ 20:30 Release&Strength Misaki.J	19:30 ~ 20:30 Waist Ayaka	
close	close		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週間前までにお願ひしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前までのキャンセルは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。