

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

pilatesK 蔵店		【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール						2024/05/19 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 Body Balance aina.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist YUNA.S	10:30 ~ 11:30 Waist Shiori.S	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.h	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Shiori.S	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning aina.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Aino.H	
12:00 ~ 13:00 Back&Arm halu.a	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Aino.H	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Kaho.h	12:00 ~ 13:00 Waist Shiori.S	12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.h	12:00 ~ 13:00 Back&Arm halu.a		12:00 ~ 13:00 Waist aina.K	
13:30 ~ 14:30 Waist aina.K	13:30 ~ 14:30 Body Balance aina.K	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Shiori.S	13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Kaho.h	13:30 ~ 14:30 Waist Shiori.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre aina.K		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Aino.H	
close	15:00 ~ 16:00 Waist YUNA.S	16:30 ~ 17:30 Basic Kaho.h	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Shiori.S	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Kaho.h	15:00 ~ 16:00 Back&Arm halu.a		close	close
	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Aino.H	close	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Kaho.h	17:30 ~ 18:30 Basic Shiori.S	17:30 ~ 18:30 Body Balance aina.K			
	18:00 ~ 19:00 Basic Shiori.S		close	close	close			
19:30 ~ 20:30 Back&Arm halu.a	close	close					close	close
21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Shiori.S			close	close	close			

【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

pilatesK 蔵店		【 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 Waist aina.K	10:30 ~ 11:30 Basic suzu.i	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kaho.h	10:30 ~ 11:30 Back&Arm halu.a	close	close	close	
12:00 ~ 13:00 Back&Arm halu.a	12:30 ~ 13:30 Waist Kaho.h		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre aina.K	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning aina.K				
13:30 ~ 14:30 Basic aina.K	14:30 ~ 15:30 Body Balance suzu.i		13:30 ~ 14:30 Basic Kaho.h	close				
15:00 ~ 16:00 Back&Arm halu.a	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Kaho.h		close					
17:30 ~ 18:30 Body Balance aina.K	close			18:00 ~ 19:00 Back&Arm halu.a				18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Shiori.S
close			close	19:30 ~ 20:30 Basic Shiori.S				19:30 ~ 20:30 Waist Kaho.h
	21:00 ~ 22:00 Back&Arm halu.a			21:00 ~ 22:00 Basic Kaho.h				21:00 ~ 22:00 Waist Yumiko.K

・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。

