

pilatesK 川越店 【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール 2020/05/13 更新

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kotono.C	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg asami.T	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kiko.M	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Chizuru.S	10:30 ~ 11:30 Basic asami.T	close	
	12:00 ~ 13:00 Advance Kiko.M	12:30 ~ 13:30 Basic Kira.t		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Chizuru.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kotono.C	12:30 ~ 13:30 Waist Kotono.C		
	13:30 ~ 14:30 Waist Kotono.C	close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Chizuru.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Chizuru.S	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Kotono.C		
	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Mao.F			18:00 ~ 19:00 Pre Basic Mao.F	18:00 ~ 19:00 Release & Strength asami.T	18:00 ~ 19:00 Basic Kira.t		close
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mao.F			19:30 ~ 20:30 Advance Kiko.M	19:30 ~ 20:30 Basic Kira.t	19:30 ~ 20:30 Body Balance Mao.F		
	21:00 ~ 22:00 Basic Kiko.M			21:00 ~ 22:00 Body Balance Mao.F	21:00 ~ 22:00 Waist asami.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mao.F		

pilatesK 川越店 【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30 Waist asami.T	10:30 ~ 11:30 Basic Kira.t	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kotono.C	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mao.F	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Chizuru.S	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mao.F	
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg asami.T	12:30 ~ 13:30 Hip Punch Chizuru.S		12:00 ~ 13:00 Basic Kira.t	12:00 ~ 13:00 jump to burn Kotono.C	12:30 ~ 13:30 Basic Kiko.M		12:00 ~ 13:00 Body Balance Mao.F	
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Kiko.M	close		13:30 ~ 14:30 Waist Kotono.C	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Mao.F	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Chizuru.S		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kiko.M	
18:00 ~ 19:00 Basic Kira.t			18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Chizuru.S	18:00 ~ 19:00 Waist Kotono.C	18:00 ~ 19:00 Body Balance asami.T		close	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kotono.C
19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Chizuru.S			19:30 ~ 20:30 Pre Basic Mao.F	19:30 ~ 20:30 Release & Strength asami.T	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg asami.T			19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kotono.C
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Chizuru.S			21:00 ~ 22:00 jump to burn Kotono.C	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg asami.T	21:00 ~ 22:00 Basic Kiko.M			21:00 ~ 22:00 Basic Kiko.M

※休職可能レッスン  
 ・クラスの開催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週間前迄にお申し立てしております。  
 ・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に1回に制限されます。

pilatesK 川越店 【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール 2020/05/13 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30

