

pilatesK

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2023/06/18

更新

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08			
水	木	金	土	日	月	火	水			
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Yuri.H	close	10:30 ~ 11:30 Basic Hana.a	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yumena.h	close	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuri.H	10:30 ~ 11:30 jump to burn Aika.S			
12:30 ~ 13:30 Basic Hana.S		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Aika.S	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Yuri.H			12:30 ~ 13:30 Basic Hana.a	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Yuri.H			
18:00 ~ 19:00 jump to burn Aika.S		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yuri.H	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yuri.H			18:00 ~ 19:00 jump to burn Aika.S	18:00 ~ 19:00 Basic Hana.a			
20:30 ~ 21:30 Waist Yumena.H		20:30 ~ 21:30 Basic Yumena.h	20:30 ~ 21:30 Waist Yumena.h			20:30 ~ 21:30 Waist Hana.a	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Yuri.H			
						14:30 ~ 15:30 Waist Yumena.h				
						16:30 ~ 17:30 Basic Hana.a				

pilatesK

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16			
木	金	土	日	月	火	水	木			
close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Aika.S	10:30 ~ 11:30 Waist Yumena.h	close	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Yuri.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Yuri.H	close			
	12:30 ~ 13:30 Basic Yumena.h	12:30 ~ 13:30 jump to burn Aika.S			12:30 ~ 13:30 jump to burn Aika.S	12:30 ~ 13:30 Basic Hana.a				
	18:00 ~ 19:00 Waist Hana.a	18:00 ~ 19:00 Waist Yumena.h			18:00 ~ 19:00 Basic Aika.S	18:00 ~ 19:00 Waist Hana.a		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Aika.S		
	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Yumena.h	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Yuri.H			20:30 ~ 21:30 Back & Arm Yumena.h	20:30 ~ 21:30 jump to burn Aika.S		20:30 ~ 21:30 Basic Hana.a		

・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ください。  
 ・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

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/16 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Waist Aika.S	10:30 ~ 11:30 Basic Hana.a			10:30 ~ 11:30 Waist Yumena.h	10:30 ~ 11:30 Basic Aika.S		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Aika.S
12:30 ~ 13:30 Back & Arm Yuri.H	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Yumena.h			12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Yuri.H	12:30 ~ 13:30 Waist Hana.a	close	12:30 ~ 13:30 Basic Hana.a
	14:30 ~ 15:30 Waist Hana.a						
	16:30 ~ 17:30 jump to burn Aika.S						
close	close	close	close	close	close	close	close
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Yuri.H				18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yuri.H	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Aika.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn Aika.S	18:00 ~ 19:00 Waist Hana.a
20:30 ~ 21:30 Basic Hana.a				20:30 ~ 20:30 Basic Hana.a	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Yuri.H	20:30 ~ 21:30 Waist Hana.a	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Yuri.H

pilatesK

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Waist Hana.a			10:30 ~ 11:30 jump to burn Aika.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuri.H		10:30 ~ 11:30 Basic Yuri.H
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Yuri.H			12:30 ~ 13:30 Waist Hana.a	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Aika.S	close	12:30 ~ 13:30 Waist Hana.a
14:30 ~ 15:30 Basic Hana.a						
16:30 ~ 17:30 Back & Arm Yuri.H						
close	close	close	close	close	close	close
			18:00 ~ 19:00 Basic Hana.a	18:00 ~ 19:00 Waist Aika.S	18:00 ~ 19:00 Basic Hana.a	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yuri.H
			20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Yuri.H	20:30 ~ 21:30 Basic Hana.a	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Yuri.H	20:30 ~ 21:30 jump to burn Aika.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。  
 ・レッスンは開始時間1時間前までのごキャンセルは可能となります。  
 ※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。