

pilatesK 久留米 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2020/06/18 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 Basic Mizuho.U	close	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Mizuho.U	10:30 ~ 11:30 Back&Arm rico.m	10:30 ~ 11:30 Basic Ruka.I	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn misaki.h	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg rico.m		
12:30 ~ 13:30 Waist Honoka.I		12:00 ~ 13:00 Basic Mizuho.U	12:00 ~ 13:00 Body Balance Ruka.I	12:30 ~ 13:30 Back&Arm rico.m		12:00 ~ 13:00 Basic Ruka.I	12:30 ~ 13:30 jump to burn misaki.h		
close		13:30 ~ 14:30 Waist Honoka.I	13:30 ~ 14:30 Basic Ruka.I	14:30 ~ 15:30 jump to burn Ruka.I		13:30 ~ 14:30 Back&Arm misaki.h	close	13:30 ~ 14:30 Back&Arm misaki.h	close
		close	close	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg rico.m		16:30 ~ 17:30 Hip&Leg rico.m			
				17:30 ~ 18:30 Waist Ruka.I					
18:00 ~ 19:00 Basic Ruka.I		18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Honoka.I	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg rico.m	close		18:00 ~ 19:00 Back&Arm rico.m	18:00 ~ 19:00 Waist Ruka.I		
19:30 ~ 20:30 Back&Arm rico.m		19:30 ~ 20:30 jump to burn Ruka.I	19:30 ~ 20:30 Basic Honoka.I			19:30 ~ 20:30 Body Balance Ruka.I	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg rico.m		
21:00 ~ 22:00 Body Balance Ruka.I		21:00 ~ 22:00 Basic Honoka.I	21:00 ~ 22:00 Back&Arm rico.m			21:00 ~ 22:00 Hip&Leg rico.m	21:00 ~ 22:00 Basic Ruka.I		

pilatesK 久留米 【 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 Waist Honoka.I	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Honoka.I	10:30 ~ 11:30 Back&Arm rico.m	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm rico.m	10:30 ~ 11:30 Basic Mizuho.U	close		
	12:00 ~ 13:00 Body Balance Ruka.I	12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Mizuho.U	12:30 ~ 13:30 jump to burn Ruka.I		12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Mizuho.U	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Ruka.I			
	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Honoka.I	13:30 ~ 14:30 Waist Honoka.I	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg rico.m		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Mizuho.U	close			
	close	close	15:00 ~ 16:00 Basic Mizuho.U		16:30 ~ 17:30 Basic Ruka.I				
			17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Mizuho.U						
	18:00 ~ 19:00 jump to burn Ruka.I	18:00 ~ 19:00 Basic Mizuho.U	close		close	18:00 ~ 19:00 Basic Honoka.I		18:00 ~ 19:00 Body Balance Ruka.I	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg rico.m
	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg rico.m	19:30 ~ 20:30 Back&Arm rico.m				19:30 ~ 20:30 Waist Ruka.I		19:30 ~ 20:30 Basic Honoka.I	19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning Mizuho.U
	21:00 ~ 22:00 Waist Ruka.I	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Mizuho.U				21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Honoka.I		21:00 ~ 22:00 Waist Honoka.I	21:00 ~ 22:00 Basic Mizuho.U

・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。

