

pilatesK 新潟店 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2020/06/14 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 Back&Arm Chika.S	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Aoi.N	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Chika.S	10:30 ~ 11:30 jump to burn Aika.S	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Aoi.N	10:30 ~ 11:30 Basic Aoi.N
12:30 ~ 13:30 Basic Mizuki.K		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Mizuki.K	12:00 ~ 13:00 Basic Erika.F	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Chika.S		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Chika.S	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Aoi.N
close		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Aoi.N	13:30 ~ 14:30 Waist Erika.F	14:30 ~ 15:30 Basic Aika.S		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Aoi.N	close
		close	15:00 ~ 16:00 Basic インストラクター未確定	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Chika.S		close	
			17:30 ~ 18:30 Back&Arm Chika.S				
			18:00 ~ 19:00 Waist Erika.F	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Mizuki.K			
19:30 ~ 20:30 Basic Mizuki.K		19:30 ~ 20:30 Back&Arm Chika.S	19:30 ~ 20:30 Basic Mizuki.K	close		19:30 ~ 20:30 jump to burn Aoi.N	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Mizuki.K
21:00 ~ 22:00 Waist Erika.F		21:00 ~ 22:00 Basic Mizuki.K	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Chika.S			21:00 ~ 22:00 Pre Basic Aoi.N	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Chika.S

pilatesK 新潟店 【 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 Erika.F	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Mizuki.K	10:30 ~ 11:30 jump to burn Aoi.N	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Chika.S	10:30 ~ 11:30 Waist Erika.F	close	
	12:00 ~ 13:00 Basic Aoi.N	12:00 ~ 13:00 Body Balance Aoi.N	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Mizuki.K		12:00 ~ 13:00 Basic Mizuki.K	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Chika.S		
	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Mizuki.K	13:30 ~ 14:30 Basic Mizuki.K	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Aoi.N		13:30 ~ 14:30 Back&Arm Chika.S			
	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Aoi.N	16:30 ~ 17:30 Basic Mizuki.K		close			
		17:30 ~ 18:30 Basic Mizuki.K						
		18:00 ~ 19:00 Body Balance Aoi.N	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Chika.S			18:00 ~ 19:00 Waist Erika.F		18:00 ~ 19:00 Body Balance Aoi.N
	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Chika.S	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Mizuki.K	close		19:30 ~ 20:30 Basic Erika.F	19:30 ~ 20:30 jump to burn Aoi.N		19:30 ~ 20:30 Waist Erika.F
	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Aoi.N	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Chika.S			21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Mizuki.K	21:00 ~ 22:00 Basic Mizuki.K		21:00 ~ 22:00 Back&Arm Aoi.N

・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が 1回に制限されます。

pilatesK 新潟店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/14 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 Hip & Leg Mizuki.K	10:30 ~ 11:30 Waist Erika.F	10:30 ~ 11:30 Body Balance Aoi.N		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chika.S	10:30 ~ 11:30 jump to burn Aoi.N		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chika.S
12:00 ~ 13:00 jump to burn Aoi.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mizuki.K	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Chika.S		12:00 ~ 13:00 Body Balance Aoi.N	12:30 ~ 13:30 Basic Aoi.N		12:00 ~ 13:00 Waist Erika.F
13:30 ~ 14:30 Basic Mizuki.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Chika.S	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Aoi.N		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Chika.S		close	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Chika.S
close	15:00 ~ 16:00 Basic Mizuki.K	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Chika.S	close	close	close		close
	17:30 ~ 18:30 Waist Erika.F						
18:00 ~ 19:00 Basic Erika.F	close	close		18:00 ~ 19:00 Basic Erika.F	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Chika.S	18:00 ~ 19:00 Waist Erika.F	18:00 ~ 19:00 Basic Erika.F
19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Aoi.N				19:30 ~ 20:30 jump to burn Aoi.N	19:30 ~ 20:30 Basic Erika.F	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Aika.S	19:30 ~ 20:30 Waist Erika.F
21:00 ~ 22:00 Waist Erika.F				21:00 ~ 22:00 Waist Erika.F	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Chika.S	21:00 ~ 22:00 Waist Erika.F	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Chika.S

pilatesK 新潟店

【 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 Hip & Leg Aika.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Aoi.N		10:30 ~ 11:30 Body Balance Aoi.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chika.S		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chika.S
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Chika.S	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Naju		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Chika.S	12:30 ~ 13:30 Waist Erika.F		12:00 ~ 13:00 jump to burn Aoi.N
13:30 ~ 14:30 Basic Aika.S	14:30 ~ 15:30 jump to burn Aoi.N		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Aoi.N		close	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Chika.S
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Chika.S	16:30 ~ 17:30 Basic Naju		close	close		close
17:30 ~ 18:30 Basic Aika.S	close	close				
close	close		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Chika.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn Aoi.N	18:00 ~ 19:00 Basic Erika.F	18:00 ~ 19:00 Waist Erika.F
			19:30 ~ 20:30 Pre Basic Aoi.N	19:30 ~ 20:30 Basic Erika.F	19:30 ~ 20:30 Waist Erika.F	19:30 ~ 20:30 Basic Aoi.N
			21:00 ~ 22:00 Back & Arm Chika.S	21:00 ~ 22:00 Body Balance Aoi.N	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Chika.S	21:00 ~ 22:00 Waist Erika.F

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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引当り制限されます。