

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY福井 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2020/06/20 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic		Basic	Hip&Leg	Pilates Barre		Body Balance	Waist
Yuu.O		Yuu.O	Noa.M	Noa.M		Noa.M	haruka.T
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Body Balance		Pilates Barre	jump to burn	Back&Arm		Back&Arm	Hip&Leg
Noa.M		Noa.M	haruka.T	Honoka.Y		Honoka.Y	Noa.M
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Waist	Body Balance	Pre Basic		Pre Basic	
		Yuu.O	Noa.M	Noa.M		Noa.M	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Waist		Back&Arm				
	haruka.T		Honoka.Y				
16:30 ~ 17:00	お話し見学会						
haruka.T							
17:30 ~ 18:30	Basic						
Noa.M	Noa.M						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Waist	Back&Arm	Back&Arm			jump to burn	Back&Arm	
Yuu.O	Honoka.Y	Honoka.Y			haruka.T	Honoka.Y	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic	jump to burn	Hip&Leg			Back&Arm	Basic	
Yuu.O	haruka.T	Noa.M			Honoka.Y	Noa.M	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Release&Strength	Back&Arm	Basic			Waist	Back&Arm	
haruka.T	Honoka.Y	Noa.M			haruka.T	Honoka.Y	

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY福井 【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Body Balance	jump to burn	Basic		Back&Arm	Basic	
	miho	haruka.T	Yuu.O		Honoka.Y	Yuu.O	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Waist	Back&Arm	Hip&Leg		Waist	Waist	
	haruka.T	Honoka.Y	Noa.M		haruka.T	haruka.T	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
	Basic	Release&Strength	Basic		jump to burn		
	Yuu.O	haruka.T	Yuu.O		haruka.T		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
Back&Arm		Pilates Barre					
Honoka.Y		Noa.M					
16:30 ~ 17:00		お話し見学会					
haruka.T							
17:30 ~ 18:30	Waist						
haruka.T	haruka.T						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pre Basic	Hip&Leg				Back&Arm	Waist	Waist
Noa.M	Noa.M				Honoka.Y	haruka.T	Yuu.O
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back&Arm	Basic				Pre Basic	Back&Arm	Release&Strength
Honoka.Y	Yuu.O				Noa.M	Honoka.Y	haruka.T
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Pilates Barre	Pilates Barre				Hip&Leg	jump to burn	Basic
Noa.M	Noa.M				Noa.M	haruka.T	Yuu.O

・体験可能レッスン  
 ・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。

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 Release&Strength haruka.T	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Honoka.Y	10:30 ~ 11:30 Body Balance Noa.M		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Noa.M	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Honoka.Y		10:30 ~ 11:30 Waist Yuu.O
12:00 ~ 13:00 Back&Arm Honoka.Y	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Noa.M	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Honoka.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Noa.M		12:00 ~ 13:00 jump to burn haruka.T
13:30 ~ 14:30 Waist haruka.T	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Honoka.Y	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Noa.M		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Noa.M		close	13:30 ~ 14:30 Basic Yuu.O
	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Noa.M	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Honoka.Y				close	
	close		close	close	close		close
	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Noa.M						17:00 ~ 17:30 お試し見学会 haruka.T
18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O		close		18:00 ~ 19:00 Waist Yuu.O	18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O	18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Honoka.Y
19:30 ~ 20:30 Body Balance Noa.M	close			19:30 ~ 20:30 jump to burn haruka.T	19:30 ~ 20:30 Release&Strength haruka.T	19:30 ~ 20:30 Waist haruka.T	19:30 ~ 20:30 Release&Strength haruka.T
21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.O				21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.O	21:00 ~ 22:00 Waist Yuu.O	21:00 ~ 22:00 Basic 未確定	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Honoka.Y

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 jump to burn haruka.T	10:30 ~ 11:30 Release&Strength haruka.T		10:30 ~ 11:30 Back&Arm Noa.M	10:30 ~ 11:30 Release&Strength haruka.T		10:30 ~ 11:30 Basic Yuu.O
12:00 ~ 13:00 Back&Arm Honoka.Y	12:30 ~ 13:30 Waist Yuu.O		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Noa.M	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Honoka.Y		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Honoka.Y
13:30 ~ 14:30 Release&Strength haruka.T	14:30 ~ 15:30 Back&Arm haruka.T		13:30 ~ 14:30 Basic 未確定		close	13:30 ~ 14:30 Waist Yuu.O
15:00 ~ 16:00 Back&Arm Honoka.Y	16:30 ~ 17:30 Basic Yuu.O			close		
close		close	close	close		close
17:30 ~ 18:30 Waist haruka.T						
	close					
			18:00 ~ 19:00 jump to burn haruka.T	18:00 ~ 19:00 Basic 未確定	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Honoka.Y	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Noa.M
			19:30 ~ 20:30 Body Balance Noa.M	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Noa.M	19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.O	19:30 ~ 20:30 jump to burn haruka.T
			21:00 ~ 22:00 Waist haruka.T	21:00 ~ 22:00 Basic 未確定	21:00 ~ 22:00 Waist Yuu.O	21:00 ~ 22:00 Body Balance Noa.M

・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週間前までにお申し込みください。  
 ・レッスン開始時刻1時間前までのごキャンセルはキャンセル料となります。  
 ※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。