

スケジュール

100

スケジュール

close

- ※ 体験可能レッスン
- ※ クラスの種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週間前迄にお願いしております。
- ※ レッスン開始時刻1時間前を切つての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 相模大野店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/14 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️		Waist 🏋️	Basic 🏋️	jump to burn		Basic 🏋️	
Kotono.E	Kotono.E		Elliy	Elliy	Miki.N		Elliy	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️		Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️		Stretch & Conditioning 🏋️	
ayumi.o	Miki.N		Miki.N	ayumi.o	ayumi.o		ayumi.o	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Pilates Cardio			Release&Strength	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️		Hip & Leg 🏋️	
Kotono.E			Elliy	Elliy	Miki.N		Elliy	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Stretch & Conditioning 🏋️		Hip & Leg 🏋️	
					ayumi.o		ayumi.o	
					17:30 ~ 18:30		close	
					Waist 🏋️			
ayumi.o								
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	
Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Waist 🏋️	jump to burn				
Elliy	Elliy	Elliy	ayumi.o	Miki.N				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Waist 🏋️	Basic 🏋️	jump to burn	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️				
ayumi.o	Miki.N	Miki.N	Miki.N	ayumi.o				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00		
Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️			Waist 🏋️		
Elliy	Elliy	Elliy	ayumi.o			Miki.N		

pilatesK 相模大野店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🏋️		Stretch & Conditioning 🏋️	Waist 🏋️
Elliy		ayumi.o	ayumi.o
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic 🏋️		Pilates Cardio	Basic 🏋️
Kotono.E		Miki.N	Kotono.E
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️
		ayumi.o	ayumi.o
		close	15:00 ~ 16:00
	Pilates Cardio		
	Miki.N		
17:30 ~ 18:30			
jump to burn			
Kotono.E			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Basic 🏋️	Release&Strength	Back & Arm 🏋️	
ayumi.o	Elliy	Kotono.E	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Pilates Cardio	Back & Arm 🏋️	Waist 🏋️	
Miki.N	Kotono.E	Miki.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Stretch & Conditioning 🏋️	Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️	
ayumi.o	Elliy	Kotono.E	

🌱 : 体験可能レッスン

・ クラスの種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時間前迄にお願いしております。

・ レッスン開始時刻1時間前を切つての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。