

pilatesK かわぐちキレイ店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール							2025/11/30 更新
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08		
月	火	水	木	金	土	日	月		
		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌸 kano.k		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌸 kano.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌸 kano.k	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🌸 Yuina.D	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌸 kano.k		
		12:30 ~ 13:30 Waist spXmas miho.F		12:00 ~ 13:00 jump to burn Suzuki	12:00 ~ 13:00 Shape up waist インストラクター未確定	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌸 kano.k	12:30 ~ 13:30 Pre Basic 🌸 Suzuki		
close	close	close	close	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Suzuki	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌸 kano.k	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Yuina.D			
				15:00 ~ 16:00 Basic 🌸 Yuina.D	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🌸 kano.k			close	
				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🌸 kano.k					
				18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🌸 Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Waist spXmas miho.F	18:00 ~ 19:00 Basic 🌸 Yuina.D		close	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Nagisa.T
				19:30 ~ 20:30 Waist spXmas miho.F	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Suzuki	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🌸 kano.k		close	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Nagisa.T
		close	close	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Yuina.D	21:00 ~ 22:00 Waist spXmas miho.F	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🌸 Yuina.D			21:00 ~ 22:00 Leg Lines Suzuki
				18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Waist spXmas miho.F	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🌸 Yuina.D			
				19:30 ~ 20:30 Waist spXmas miho.F	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Suzuki	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🌸 kano.k			
				21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🌸 Yuina.D	21:00 ~ 22:00 Waist spXmas miho.F	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🌸 Yuina.D			
				18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Waist spXmas miho.F	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🌸 Yuina.D			

pilatesK かわぐちキレイ店		【 12/09 ~ 12/16 】 スケジュール							12/16
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 jump to burn Suzuki	10:30 ~ 11:30 Shape up waist インストラクター未確定		10:30 ~ 11:30 Waist spXmas miho.F	10:30 ~ 11:30 Basic 🌸 Momoka.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌸 kano.k		10:30 ~ 11:30 Basic 🌸 miho.F		
12:00 ~ 13:00 Waist spXmas miho.F	12:30 ~ 13:30 Pre Basic 🌸 Suzuki		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🌸 Yuina.D	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌸 kano.k	12:30 ~ 13:30 Basic 🌸 miho.F		12:00 ~ 13:00 Shape up waist インストラクター未確定		
13:30 ~ 14:30 Leg Lines Suzuki		close	13:30 ~ 14:30 Waist spXmas miho.F	13:30 ~ 14:30 Basic 🌸 Momoka.Y	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🌸 kano.k		13:30 ~ 14:00 Waist spXmas miho.F		
			13:30 ~ 14:30 Basic 🌸 Yuina.D	13:30 ~ 14:30 Basic 🌸 Momoka.Y	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🌸 kano.k	16:30 ~ 17:30 Basic 🌸 miho.F		close	close
			13:30 ~ 14:30 Basic 🌸 Yuina.D	13:30 ~ 14:30 Basic 🌸 Momoka.Y	17:30 ~ 18:30 Waist spXmas Momoka.Y				
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌸 kano.k		18:00 ~ 19:00 Release&Strength Suzuki	18:00 ~ 19:00 Leg Lines Suzuki		close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌸 kano.k		
19:30 ~ 20:30 Waist spXmas miho.F	19:30 ~ 20:30 Basic 🌸 miho.F		19:30 ~ 20:30 Waist spXmas miho.F	19:30 ~ 20:30 Basic 🌸 Yuina.D		close	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Yuina.D		
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🌸 Yuina.D	21:00 ~ 22:00 Waist spXmas miho.F		21:00 ~ 22:00 Basic 🌸 miho.F	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Suzuki			21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌸 kano.k		

*: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時間前までお問い合わせ下さい。
・レッスン開始時刻1時間前を切っ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。

[12/17 ~ 12/24] スケジュール							2025/11/30	更新
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	
水 10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Yuina.D	木 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg kano.k	金 10:30 ~ 11:30 Shape up waist miho.F	土 10:30 ~ 11:30 Basic miho.F	日 10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Suzuki	月 12:00 ~ 13:00 Leg Lines Suzuki	火 10:30 ~ 11:30 Basic Yuina.D	水 10:30 ~ 11:30 Release&Strength Suzuki	
12:30 ~ 13:30 Back & Arm kano.k	close	12:00 ~ 13:00 Basic miho.F	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Suzuki	12:30 ~ 13:30 Leg Lines Suzuki	13:30 ~ 14:30 Back & Arm kano.k	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Yuina.D	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Yuina.D	12:30 ~ 13:30 Shape up waist インストラクター未確定
18:00 ~ 19:00 Pilates Workout AN.S	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Basic miho.F	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg kano.k	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Suzuki	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Suzuki	16:30 ~ 17:30 Pre Basic Suzuki	13:30 ~ 14:30 jump to burn Suzuki	13:30 ~ 14:30 close
19:30 ~ 20:30 Basic AN.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg kano.k	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Suzuki	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg kano.k	21:00 ~ 22:00 Back & Arm kano.k	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Suzuki	close	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Suzuki	18:00 ~ 19:00 Back & Arm kano.k
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg kano.k	21:00 ~ 22:00 Back & Arm kano.k	21:00 ~ 22:00 Leg Lines Suzuki	close	19:30 ~ 20:30 Basic miho.F	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Nagisa.T	close	19:30 ~ 20:30 Waist spXmas miho.F	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Nagisa.T

[12/25 ~ 12/31] スケジュール							12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
木	金	土	日	月	火	水							
		10:30 ~ 11:30 Waist miho.F	10:30 ~ 11:30 jump to burn Suzuki	10:30 ~ 11:30 Waist miho.F									
close		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg kano.k	12:00 ~ 13:00 Basic miho.F	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Suzuki									
		13:30 ~ 14:30 Basic miho.F	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Suzuki	14:30 ~ 15:30 Basic miho.F									
		15:00 ~ 16:00 Waist miho.F	16:30 ~ 17:30 Pilates Workout Suzuki										
		close	17:30 ~ 18:30 Basic miho.F										
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg kano.k	18:00 ~ 19:00 Shape up waist インストラクター未確定	close	close	close	close	close							
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Yuina.D	19:30 ~ 20:30 Back & Arm kano.k	close	close	close	close	close							
21:00 ~ 22:00 Back & Arm kano.k	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Yuina.D												

■ : 体験可能レッスン
 クラスの詳細やトピック、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時間前までにお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切っ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。