

pilates K 町田店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2025/09/26 更新	
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist		Basic	Hip & Leg	Advance		Hip Punch	Leg Lines
Riho.S		Maari	YUKA.I	Haru		Maari	Maari
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Leg Lines		Body Balance	Pilates Cardio	Leg Lines		Pilates Barre	Animal Stretch
Haru		Sae	Sae	Maari		Riho.S	Haru
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Pilates Cardio		Hip & Leg	Basic	Release&Strength		Basic	Stretch & Conditioning
Riho.S		Maari	Maari	Haru		Maari	Riho.S
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			Back & Arm	Basic			
			YUKA.I	Riho.S			
			16:30 ~ 17:30				
			Hip Punch				
			Maari				
			18:00 ~ 19:00				
			Waist				
			Sae				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Shape up waist	Back & Arm	Pilates Barre				Back & Arm	Hip & Leg
Sae	Yuka.I	Riho.S				Yuka.I	YUKA.I
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip Punch	Animal Stretch	Power up Control				Basic	Body Balance
Haru	Haru	Sae				Riho.S	Sae
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Basic	Leg Lines	Back & Arm				Hip & Leg	Shape up waist
Sae	Maari	YUKA.I				YUKA.I	Sae

pilates K 町田店		【 10/09 ~ 10/16 】		スケジュール		2025/09/26 更新	
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	Shape up waist	Back & Arm	Body Balance		Basic	Pilates Barre	
	Haru	YUKA.I	Maari		Sae	Haru	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Basic	Hip Punch	Power up Control		Reset Flow	Waist	
	Riho.S	Maari	Sae		Sae	Riho.S	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Leg Lines	Waist	Hip & Leg		Body Balance	Basic	
	Haru	Sae	YUKA.I		Maari	Haru	
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Hip & Leg	Leg Lines				
		Yuka.I	Maari				
		16:30 ~ 17:30					
		Basic					
		Maari					
		18:00 ~ 19:00					
		Reset Flow					
		Sae					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Reset Flow	Pilates Workout				Pilates Cardio	Leg Lines	Hip & Leg
Sae	Sae				Riho.S	Maari	YUKA.I
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Waist	Back & Arm				Hip & Leg	Basic	Shape up waist
Riho.S	YUKA.I				Maari	Riho.S	Sae
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Basic	Hip & Leg				Stretch & Conditioning	Hip Punch	Back & Arm
Riho.S	YUKA.I				Riho.S	Maari	YUKA.I

：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時間前を切った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。

pilates K 町田店

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2025/09/26 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Pilates Workout	Animal Stretch	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Body Balance
Haru	Haru	Riho.S		Sae	Haru		Maari
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Leg Lines	Back & Arm 🌱	Waist 🌱		Pilates Workout	Shape up waist		Basic 🌱
Haru	YUKA.I	Sae		Haru	Sae		Riho.S
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Back & Arm 🌱	Reset Flow	Pilates Barre		Basic 🌱	Advance		Leg Lines
YUKA.I	Sae	Riho.S		Sae	Haru		Maari
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Basic 🌱	Body Balance					
	Haru	Sae					
	16:30 ~ 17:30						
	Shape up waist						
	Sae						
	18:00 ~ 19:00						
	Pilates Barre						
	Riho.S						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic 🌱				Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱
Maari				Haru	YUKA.I	Riho.S	Sae
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip & Leg 🌱				Leg Lines	Pilates Cardio	Hip & Leg 🌱	Pilates Barre
YUKA.I				Maari	Maari	YUKA.I	Riho.S
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Pilates Cardio				Hip Punch	Back & Arm 🌱	Pilates Barre	Power up Control
Maari				Maari	YUKA.I	Riho.S	Sae

pilates K 町田店

【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

2025/09/26 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Leg Lines	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱		Pilates Barre
Haru	Yuka.I		YUKA.I	YUKA.I		Riho.S
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Hip & Leg 🌱	Body Balance		Power up Control	Animal Stretch		Release&Strength
YUKA.I	Maari		Sae	Haru		Haru
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Hip Punch	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱
Haru	Yuka.I		YUKA.I	YUKA.I		Riho.S
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Pilates Cardio	Basic 🌱					
Riho.S	Maari					
16:30 ~ 17:30						
Back & Arm 🌱						
YUKA.I						
18:00 ~ 19:00						
Basic 🌱						
Riho.S						
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Leg Lines	Pilates Barre	Shape up waist	Power up Control
			Maari	Riho.S	Haru	Sae
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			Basic 🌱	Advance	Waist 🌱	Pilates Workout
			Maari	Haru	Riho.S	Haru
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
			Release&Strength	Basic 🌱	Leg Lines	Reset Flow
			Sae	Riho.S	Haru	Sae

🌱 : 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。