


pilatesK ラパ <sup>®</sup> 太田川店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/15 更新						
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08							
日	月	火	水	木	金	土	日							
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Back & Arm 🍌		Waist 🍌	Hip & Leg 🍌		Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Waist 🍌							
momoka.S		minami.T	Mio.K		Mio.K	Mio.K	minami.T							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30						
Hip & Leg 🍌		Release&Strength	Basic 🍌		Waist 🍌	Release&Strength	Basic 🍌							
Mio.K		minami.T	minami.T		YURIE.H	minami.T	minami.T							
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30						
Basic 🍌		Basic 🍌			Stretch & Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌	Shape up waist							
momoka.S		momoka.S			YURIE.H	Mio.K	momoka.S							
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
Pilates Cardio							Waist 🍌	jump to burn						
Mio.K							minami.T	momoka.S						
close							close	close	close	close	close			
										17:30 ~ 18:30				
										Basic 🍌				
										Mio.K				
			18:00 ~ 19:00							18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
			Back & Arm 🍌							Pre Basic 🍌		Waist 🍌	Basic 🍌	
			Mio.K							YURIE.H		YURIE.H	momoka.S	
			19:30 ~ 20:30							19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
			jump to burn							Waist 🍌		Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	
			momoka.S							minami.T		minami.T	momoka.S	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
Hip & Leg 🍌		Pilates Barre	Release&Strength		Pilates Cardio									
Mio.K		YURIE.H	minami.T		Mio.K									

pilatesK ㊦太田川店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール							
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		
	Pilates Barre	Basic ㊦		Release&Strength	Waist ㊦	Shape up waist			
	YURIE.H	minami.T		YURIE.H	momoka.S	momoka.S			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Basic ㊦	Back & Arm ㊦		Shape up waist	Pre Basic ㊦	Pilates Barre			
	YURIE.H	Mio.K		momoka.S	YURIE.H	YURIE.H			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Waist ㊦	Pilates Cardio		Pre Basic ㊦	jump to burn	Waist ㊦			
	minami.T	Mio.K		YURIE.H	momoka.S	momoka.S			
	close	15:00 ~ 16:00		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Basic ㊦			Pilates Barre	Basic ㊦			
		Mio.K			YURIE.H	YURIE.H			
		close			close				
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30				
		Waist ㊦			Stretch & Conditioning ㊦				
		minami.T			YURIE.H				
		18:00 ~ 19:00			close	18:00 ~ 19:00		close	
		Hip & Leg ㊦				Stretch & Conditioning ㊦			jump to burn
		Mio.K				minami.T			momoka.S
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
	Basic ㊦	Hip & Leg ㊦		Waist ㊦					
	minami.T	momoka.S		minami.T					
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
	Back & Arm ㊦	Waist ㊦		Basic ㊦					
	Mio.K	minami.T		minami.T					

 : 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 ラパ<sup>®</sup>太田川店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/15 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 🌿	Pilates Barre		Shape up waist	Pilates Cardio	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	
momoka.S	YURIE.H		momoka.S	Mio.K	momoka.S		Mio.K	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌿	Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Release&Strength	Pre Basic 🌿		Pilates Barre	
momoka.S	minami.T		Mio.K	minami.T	YURIE.H		YURIE.H	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Pre Basic 🌿			Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	jump to burn		Waist 🌿	
YURIE.H			momoka.S	Mio.K	momoka.S		YURIE.H	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Waist 🌿		Release&Strength	
					minami.T		YURIE.H	
					close		close	
					17:30 ~ 18:30			
Hip & Leg 🌿								
Mio.K								
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	18:00 ~ 19:00
Release&Strength			Basic 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿			Pilates Cardio
minami.T			Mio.K	YURIE.H	minami.T			Mio.K
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿	Basic 🌿				
YURIE.H	minami.T	minami.T	Mio.K	minami.T				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Basic 🌿	Pilates Cardio	Pilates Barre	Release&Strength		Stretch & Conditioning 🌿			
minami.T	Mio.K	YURIE.H	minami.T		minami.T			

pilatesK ラパ<sup>®</sup>太田川店

【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic 🍃		Release&Strength	Basic 🍃	
minami.T		YURIE.H	momoka.S	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back & Arm 🍃		Basic 🍃	Pilates Barre	
Mio.K		Mio.K	YURIE.H	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
		Back & Arm 🍃	Shape up waist	
		Mio.K	momoka.S	
		close	15:00 ~ 16:00	
			Stretch & Conditioning 🍃	
			YURIE.H	
			close	
		17:30 ~ 18:30		
jump to burn				
momoka.S				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Release&Strength		Waist 🍃	Pre Basic 🍃	
minami.T	YURIE.H	YURIE.H		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg 🍃	jump to burn	Stretch & Conditioning 🍃		
momoka.S	momoka.S	momoka.S		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Waist 🍃	Pre Basic 🍃	Shape up waist		
momoka.S	YURIE.H	momoka.S		

🍃 : 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。