08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning momoka.S	10:30 ~ 11:30 Basic Saki.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio momoka.S	close	10:30 ~ 11:30 Basic Saki.Y	10:30 ~ 11:30 Waist YURIE.H		10:30 ~ 11:30 Basic 未定
12:00 ~ 13:00 Back & Arm momoka.S	12:00 ~ 13:00 Waist YURIE.H	12:30 ~ 13:00 Stretch & Conditioning YURIE.H		12:00 ~ 13:00 Back & Arm momoka.S	12:30 ~ 13:30 Basic Mio.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mio.K
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mio.K	13:30 ~ 14:30 Basic Saki.Y	14:30 ~ 15:30 Waist YURIE.H		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning YURIE.H			13:30 ~ 14:30 Waist 未定
	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Mio.K	16:30 ~ 17:30 Back & Arm momoka.S					
	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Akane						
18:00 ~ 19:00 Basic Saki.Y				18:00 ~ 19:00 Basic Mio.K	18:30 ~ 19:00 Pilates Cardio momoka.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Saki.Y	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mio.K
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mio.K				19:30 ~ 20:30 Waist YURIE.H	19:30 ~ 20:30 Basic Saki.Y	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio momoka.S	19:30 ~ 20:30 Basic Saki.Y
21:00 ~ 22:00 Basic Saki.Y				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mio.K	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Natsume	21:00 ~ 22:00 Basic Saki.Y	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Saki.Y

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Saki.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Mio.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mio.K	10:30 ~ 11:30 Basic Mio.K		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio momoka.S	10:30 ~ 11:30 Basic momoka.S	
12:00 ~ 13:00 Basic Mio.K	12:30 ~ 13:00 Waist YURIE.H		12:00 ~ 13:00 Basic Mio.K	12:30 ~ 13:30 Waist YURIE.H		12:00 ~ 13:00 Basic Saki.Y	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mio.K	
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mio.K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Saki.Y		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Saki.Y			13:30 ~ 14:30 Waist YURIE.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm momoka.S	
15:00 ~ 16:00 Basic Saki.Y	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning YURIE.H						15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio momoka.S	
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Mio.K							17:30 ~ 18:30 Basic Mio.K	
				18:00 ~ 19:00 Back & Arm momoka.S	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning momoka.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Akane	18:00 ~ 19:00 Waist YURIE.H	
				19:30 ~ 20:30 Basic Saki.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm momoka.S	19:30 ~ 20:30 Basic Saki.Y	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mio.K	
				21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio momoka.S	21:00 ~ 22:00 Basic Saki.Y	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Akane	21:00 ~ 22:00 Basic Mio.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。

pilates K ラスパ 太田川店 【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/15 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Waist YURIE.H	close	10:30 ~ 11:30 Basic Saki.Y	10:30 ~ 11:30 Shape up waist momoka.S		10:30 ~ 11:30 Basic Mio.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist momoka.S	10:30 ~ 11:30 Basic Saki.Y
12:30 ~ 13:30 Basic Mio.K		12:00 ~ 13:00 Waist YURIE.H	12:30 ~ 13:30 Basic Saki.Y		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mio.K	12:00 ~ 13:00 Basic Saki.Y	12:30 ~ 13:30 Waist YURIE.H
14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning YURIE.H		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mio.K			13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio momoka.S	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mio.K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Saki.Y
16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Mio.K						15:00 ~ 16:00 Back & Arm Saki.Y	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning YURIE.H
						17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning momoka.S	
			18:00 ~ 19:00 Basic Mio.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Saki.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Saki.Y	18:00 ~ 19:00 Shape up waist momoka.S	
			19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio momoka.S	19:30 ~ 20:30 Basic Mio.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Saki.Y	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning YURIE.H	
			21:00 ~ 22:00 Back & Arm momoka.S	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning YURIE.H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mio.K	21:00 ~ 22:00 Waist YURIE.H	

pilates K ラスパ 太田川店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/15 更新

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
月	火	水	木	金	土	日
	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mio.K	10:30 ~ 11:30 Basic Saki.Y		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mio.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio momoka.S	10:30 ~ 11:30 Waist YURIE.H
	12:00 ~ 13:00 Basic Mio.K	12:30 ~ 13:30 Back & Arm momoka.S		12:00 ~ 13:00 Basic YURIE.H	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Saki.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Mio.K
	13:30 ~ 14:30 Waist YURIE.H			13:30 ~ 14:30 Waist YURIE.H	13:30 ~ 14:30 Basic Saki.Y	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Mio.K
					15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning momoka.S	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio momoka.S
close					17:30 ~ 18:30 Shape up waist momoka.S	
	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning YURIE.H	18:00 ~ 19:00 Basic YURIE.H	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mio.K	18:00 ~ 19:00 Basic Saki.Y		
	19:30 ~ 20:30 Basic momoka.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mio.K	19:30 ~ 20:30 Waist YURIE.H	19:30 ~ 20:30 Shape up waist momoka.S		
	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio momoka.S	21:00 ~ 22:00 Waist YURIE.H	21:00 ~ 22:00 Basic YURIE.H	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Saki.Y		

👉 : 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。