

pilates K 厚木店

【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール

2025/05/15

更新

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre yume.N		10:30 ~ 11:30 Body Balance aika.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yume.N		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Basic Uki.S
12:30 ~ 13:30 Back & Arm Chihiro.N		12:00 ~ 13:00 Basic Uki.S	12:30 ~ 13:30 jump to burn yume.N		12:30 ~ 13:30 Pilates Barre yume.N	12:00 ~ 13:00 Basic Uki.S	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Chihiro.N
14:30 ~ 15:30 jump to burn yume.N		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg aika.K			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Chihiro.N	13:30 ~ 14:30 Release&Strength aika.K	14:30 ~ 15:30 Basic Uki.S
16:30 ~ 17:30 Waist Chihiro.N						15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Chihiro.N	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Chihiro.N
		17:30 ~ 18:30 Back & Arm yume.N	17:30 ~ 18:30 Body Balance aika.K	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Basic Uki.S	17:30 ~ 18:30 jump to burn aika.K	
		19:00 ~ 20:00 Basic Uki.S	19:00 ~ 20:00 Waist aika.K	19:00 ~ 20:00 jump to burn aika.K	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg aika.K		
		20:30 ~ 21:30 Shape up waist yume.N	20:30 ~ 21:30 Basic Uki.S	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 Body Balance aika.K		

pilates K 厚木店

【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール

2025/05/15

更新

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30 ~ 11:30 Basic Uki.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Chihiro.N		10:30 ~ 11:30 jump to burn aika.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chihiro.N	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Basic Uki.S		12:00 ~ 13:00 Waist aika.K	12:00 ~ 13:00 Release&Strength aika.K	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Chihiro.N	
	13:30 ~ 14:30 Basic Uki.S			13:30 ~ 14:30 Body Balance aika.K	13:30 ~ 14:30 Waist Chihiro.N	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg aika.K	
					15:00 ~ 16:00 jump to burn aika.K	16:30 ~ 17:30 Body Balance aika.K	
	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 jump to burn aika.K	17:30 ~ 18:30 Waist Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre yume.N	17:30 ~ 18:30 Basic Uki.S		
	19:00 ~ 20:00 Release&Strength aika.K	19:00 ~ 20:00 Basic Uki.S	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Basic Uki.S			
	20:30 ~ 21:30 Body Balance aika.K	20:30 ~ 21:30 Waist aika.K	20:30 ~ 21:30 Basic Uki.S	20:30 ~ 21:30 Shape up waist yume.N			

🌱：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 厚木店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/05/15	更新
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 未定		10:30 ~ 11:30 Back & Spine Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 未定	10:30 ~ 11:30 jump to burn yume.N		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Chisaki.S
12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Uki.S	12:30 ~ 13:30 Shape up waist yume.N		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Chihiro.N	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout aika.K	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 未定		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Chisaki.S
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍃 Chihiro.N			13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Uki.S	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Uki.S	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre yume.N		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 未定
				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍃 Chisaki.S	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Uki.S		
17:30 ~ 18:30 jump to burn yume.N	17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Uki.S	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍃 Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Release&Strength aika.K	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🍃 Chisaki.S			17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 Chihiro.N
19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 Uki.S	19:00 ~ 20:00 Pilates Barre yume.N	19:00 ~ 20:00 Waist 🍃 Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 Uki.S				19:00 ~ 22:00 Back & Spine Chihiro.N
20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 yume.N	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 Chisaki.S	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 未定	20:30 ~ 21:30 Pilates Workout aika.K				20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Uki.S

pilates K 厚木店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/05/15	更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Chihiro.N		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Uki.S	10:30 ~ 11:30 Shape up waist yume.N	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Uki.S			
12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 未定		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Chihiro.N	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 Chihiro.N			
		13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Chihiro.N	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Chisaki.S	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Uki.S			
			15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🍃 Chisaki.S	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Chihiro.N			
17:30 ~ 18:30 Body Balance aika.K	17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 未定	17:30 ~ 18:30 jump to burn aika.K	17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 Chihiro.N				
19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 Uki.S	19:00 ~ 20:00 Pilates Workout aika.K	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🍃 aika.K					
20:30 ~ 21:30 jump to burn aika.K	20:30 ~ 21:30 Release&Strength aika.K	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Uki.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。