

pilates K 吉祥寺店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/05/27	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 Cardio Arisa	close	10:30 ~ 11:30 Basic Risa.I	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mika.N	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mika.N	10:30 ~ 11:30 Basic Yuna	10:30 ~ 11:30 Back & Arm moeko.t
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Risa.I		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Arisa	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Mika.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Risa.I	12:00 ~ 13:00 Basic Risa.I	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Mika.N	12:00 ~ 13:00 Waist Honoka.K
13:30 ~ 14:30 Release&Strength Mika.N		13:30 ~ 14:30 Back & Arm moeko.t	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Honoka.K	13:30 ~ 14:30 Basic Risa.I	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Mika.N	13:30 ~ 14:30 Body Balance Arisa	13:30 ~ 14:30 Power up Control Hitomi
15:00 ~ 16:00 Advance Arisa		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Risa.I		15:00 ~ 16:00 Animal Stretch Mika.N		15:00 ~ 16:00 Waist Honoka.K	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio runa.m
16:30 ~ 17:30 Basic Risa.I						16:30 ~ 17:30 Power up Control Arisa	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning runa.m
18:00 ~ 19:00 Shape up waist Mika.N		18:00 ~ 19:00 Animal Stretch Mika.N	18:00 ~ 19:00 Basic Yuna	18:00 ~ 19:00 Reset Flow Mika.N	18:00 ~ 19:00 Basic Yuna	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Mika.N	18:00 ~ 19:00 Basic Risa.I
		19:30 ~ 20:30 Back & Spine Arisa	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Arisa	19:30 ~ 20:30 Waist Honoka.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Risa.I		
		21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Mika.N	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Arisa	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning runa.m	21:00 ~ 22:00 Basic Yuna		

pilates K 吉祥寺店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/05/27	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
close	10:30 ~ 11:30 Power up Control Arisa	10:30 ~ 11:30 Waist Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa.I	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mika.N	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa.I	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Mika.N	close
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Mai	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Arisa	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Natsumi.N	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Shiori	12:00 ~ 13:00 Power up Control Arisa	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Honoka.K	
	13:30 ~ 14:30 Body Balance Arisa	13:30 ~ 14:30 Advance Arisa	13:30 ~ 14:30 Waist Honoka.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Mika.N	13:30 ~ 14:30 Basic Risa.I	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Arisa	
	15:00 ~ 16:00 Back & Spine Mai		15:00 ~ 16:00 jump to burn Natsumi.N		15:00 ~ 16:00 Back & Arm Arisa	15:00 ~ 16:00 Animal Stretch Mika.N	
					16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Risa.I	16:30 ~ 17:30 Body Balance Arisa	
	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Mai	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mika.N	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Mika.N	18:00 ~ 19:00 Waist Honoka.K	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Arisa	18:00 ~ 19:00 Back & Arm moeko.t	
	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Mika.N	19:30 ~ 20:30 Basic Yuna.h	19:30 ~ 20:30 Reset Flow Mika.N	19:30 ~ 20:30 Basic Risa.I			
	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Mika.N	21:00 ~ 22:00 Animal Stretch Mika.N	21:00 ~ 22:00 Waist Honoka.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Honoka.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 吉祥寺店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/05/27	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 Release&Strength Ayumi.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm👉 Arisa	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Arisa	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Mika.N	10:30 ~ 11:30 Waist👉 Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Arisa	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance yoko.y
12:00 ~ 13:00 Shape up waist Mika.N	12:00 ~ 13:00 Body Balance Arisa	12:00 ~ 13:00 Basic👉 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Arm👉 Arisa	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg👉 Honoka.K	12:00 ~ 13:00 Basic👉 Yuna.h		12:00 ~ 13:00 Animal Stretch Mika.N
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg👉 Honoka.K	13:30 ~ 14:30 Basic👉 未定	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Arisa	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch Mika.N	13:30 ~ 14:30 Advance Arisa	13:30 ~ 14:30 Jump to burn Natsumi.N		13:30 ~ 14:30 Basic👉 moeko.t
15:00 ~ 16:00 Waist👉 Honoka.K		15:00 ~ 16:00 Back & Arm👉 Arisa		15:00 ~ 16:00 Basic👉 未定	15:00 ~ 16:00 Back & Arm👉 moeko.t		15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Mika.N
				16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio arisa	16:30 ~ 17:30 Waist👉 Honoka.K		
18:00 ~ 19:00 Power up Control Riri	18:00 ~ 19:00 Basic👉 moeko.t	18:00 ~ 19:00 Waist👉 Honoka.K	18:00 ~ 19:00 Body Balance arisa	18:00 ~ 19:00 Back & Arm👉 moeko.t	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg👉 Honoka.K		18:00 ~ 19:00 Back & Spine arisa
19:30 ~ 20:30 Back & Arm👉 moeko.t	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Mika.N	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg👉 Honoka.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout arisa				19:30 ~ 20:30 Basic👉 Yuna.h
21:00 ~ 22:00 Basic👉 Yuna.h	21:00 ~ 22:00 Reset Flow Mika.N	21:00 ~ 22:00 Basic👉 moeko.t	21:00 ~ 22:00 Waist👉 Honoka.K				21:00 ~ 22:00 Pilates Workout arisa

pilates K 吉祥寺店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/05/27	更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning👉 runa.m	10:30 ~ 11:30 Jump to burn Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Advance Arisa	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mika.N	10:30 ~ 11:30 Basic👉 未定	close		
12:00 ~ 13:00 Jump to burn 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Mai	12:00 ~ 13:00 Waist👉 Honoka.K	12:00 ~ 13:00 Basic👉 Rida.I	12:00 ~ 13:00 Body Balance Arisa			
13:30 ~ 14:30 Waist👉 Honoka.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm👉 Natsumi.N	13:30 ~ 14:30 Basic👉 Yuna.h	13:30 ~ 14:30 Back & Arm👉 Shiori	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Arisa			
	15:00 ~ 16:00 Body Balance Mai		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio runa.m	15:00 ~ 16:00 Back & Spine Arisa			
			16:30 ~ 17:30 Basic👉 Risa.I	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg👉 Honoka.K			
18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio arisa	18:00 ~ 19:00 Power up Control Mai	18:00 ~ 19:00 Basic👉 未定	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning👉 runa.m	18:00 ~ 19:00 Jump to burn 未定			
19:30 ~ 20:30 Advance arisa	19:30 ~ 20:30 Basic👉 未定	19:30 ~ 20:30 Animal Stretch Mika.N					
21:00 ~ 22:00 Reset Flow Mika.N	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Mika.N	21:00 ~ 22:00 Jump to burn 未定					

👉：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。