

pilates K 新百合ヶ丘店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/05/14	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 Release&Strength HINA.M	close	10:30 ~ 11:30 Basic hinata.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist HINA.M		10:30 ~ 11:30 Basic hinata.K	10:30 ~ 11:30 Basic hinata.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Mika
12:30 ~ 13:30 Basic hinata.K		12:00 ~ 13:00 Release&Strength HINA.M	12:30 ~ 13:30 Basic hinata.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg HINA.M	12:00 ~ 13:00 Shape up waist HINA.M	12:30 ~ 13:30 Basic Ririka.Y
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg HINA.M		13:30 ~ 14:30 Basic hinata.K			13:30 ~ 14:30 Basic hinata.K	13:30 ~ 14:30 Basic hinata.K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Mika
16:30 ~ 17:30 Basic hinata.K						15:00 ~ 16:00 Hip & Leg HINA.M	16:30 ~ 17:30 Basic Ririka.Y
						17:30 ~ 18:30 Release&Strength HINA.M	
		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mika	18:00 ~ 19:00 Waist Mika	18:00 ~ 19:00 Basic hinata.K	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Mirai.Y		
		19:30 ~ 20:30 Basic Ririka.Y	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mika	19:30 ~ 20:30 Waist Mirai.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Ririka.Y		
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mika	21:00 ~ 22:00 Basic Ririka.Y	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mirai.Y	21:00 ~ 22:00 Waist Mirai.Y		

pilates K 新百合ヶ丘店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/05/14	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 Back & Arm Mika	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg HINA.M		10:30 ~ 11:30 Basic hinata.K	10:30 ~ 11:30 Waist Mika	10:30 ~ 11:30 Basic hinata.K	close
	12:00 ~ 13:00 Waist Mika	12:30 ~ 13:30 Basic hinata.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mirai.Y	12:00 ~ 13:00 Basic Ririka.Y	12:30 ~ 13:30 Waist Mirai.Y	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg HINA.M			13:30 ~ 14:30 Basic hinata.K	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Mirai.Y	14:30 ~ 15:30 Basic Ririka.Y	
					15:00 ~ 16:00 Basic Ririka.Y	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Mirai.Y	
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm Mirai.Y		
	18:00 ~ 19:00 Basic hinata.K	18:00 ~ 19:00 Waist Mirai.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Ririka.Y	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Mika			
	19:30 ~ 20:30 Shape up waist HINA.M	19:30 ~ 20:30 Basic Ririka.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mirai.Y	19:30 ~ 20:30 Basic 未定			
	21:00 ~ 22:00 Basic hinata.K	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Mirai.Y	21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mika			

・ 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 新百合ヶ丘店 【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール							2025/05/14 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 Shape up waist HINA.M	10:30 ~ 11:30 Release&Strength HINA.M		10:30 ~ 11:30 Waist Mirai.Y	10:30 ~ 11:30 Basic hinata.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mika	close	10:30 ~ 11:30 Basic Ririka.Y
12:00 ~ 13:00 Basic HINA.M	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg HINA.M		12:00 ~ 13:00 Basic hinata.K	12:00 ~ 13:00 Waist Mirai.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Ririka.Y		12:00 ~ 13:00 Waist Mirai.Y
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 未定			13:30 ~ 14:30 Basic Ririka.Y	13:30 ~ 14:30 Basic Ririka.Y	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Mika		13:30 ~ 14:30 Basic hinata.K
				15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Mirai.Y	16:30 ~ 17:30 Basic 未定		
				17:30 ~ 18:30 Basic 未定			
18:00 ~ 19:00 Waist Mirai.Y	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mika	18:00 ~ 19:00 Basic 未定				18:00 ~ 19:00 Basic 未定
19:30 ~ 20:30 Basic Ririka.Y	19:30 ~ 20:30 Waist Mirai.Y	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mika				19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Mika
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mirai.Y	21:00 ~ 22:00 Basic hinata.K	21:00 ~ 22:00 Waist Mirai.Y	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Mika				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mika

pilates K 新百合ヶ丘店 【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール						2025/05/14 更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	
水	木	金	土	日	月	
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mirai.Y		10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Mirai.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Hinata.K	close	
12:30 ~ 13:30 Basic Ririka.Y		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mika	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mirai.Y		
		13:30 ~ 14:30 Basic 未定	13:30 ~ 14:30 Waist Mirai.Y	14:30 ~ 15:30 Basic Hinata.K		
			15:00 ~ 16:00 Basic 未定	16:30 ~ 17:30 Waist Mirai.Y		
			17:30 ~ 18:30 Basic 未定			
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mika	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mika	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Mika				
19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mika	19:30 ~ 20:30 Basic Ririka.Y				
21:00 ~ 22:00 Waist Mika	21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Waist Mirai.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。