

pilates K 所沢店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/06/18 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 Mei.D	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mei.D	10:30 ~ 11:30 Basic Rio.k	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Yume	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mei.D	10:30 ~ 11:30 Back & Spine YUKINA	10:30 ~ 11:30 Basic YUKINA
12:30 ~ 13:30 Basic Rei.U		12:00 ~ 13:00 Basic Rio.k	12:30 ~ 13:30 Animal Stretch YUKINA	12:00 ~ 13:00 Basic Rio.k	12:00 ~ 13:00 Basic Mei.D	12:00 ~ 13:00 Basic Rio.k	12:30 ~ 13:30 Waist Mei.D
14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Mei.D		13:30 ~ 14:30 Waist Mei.D		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning YUKINA	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Yume	13:30 ~ 14:30 Back & Arm YUKINA	14:30 ~ 15:30 Animal Stretch YUKINA
16:30 ~ 17:30 Waist Rei.U						15:00 ~ 16:00 Basic Rio.k	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Mei.D
						17:30 ~ 18:30 Hip & Leg YUKINA	
		18:00 ~ 19:00 jump to burn Chinatsu	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning YUKINA	18:00 ~ 19:00 Basic Rio.k	18:00 ~ 19:00 Basic Rio.k		
		19:30 ~ 20:30 Back & Spine YUKINA	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mei.D	19:30 ~ 20:30 Power up Control YUKINA	19:30 ~ 20:30 Waist Chinatsu		
		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Chinatsu	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Mei.D	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg YUKINA	21:00 ~ 22:00 Body Balance Chinatsu		

pilates K 所沢店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/06/18 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 Basic Rio.k	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Chinatsu	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg YUKINA	10:30 ~ 11:30 Waist Mei.D	10:30 ~ 11:30 Back & Arm YUKINA	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mei.D	close
	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Mei.D	12:30 ~ 13:30 Basic Rio.k	12:00 ~ 13:00 Back & Spine YUKINA	12:00 ~ 13:00 Power up Control YUKINA	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg YUKINA	12:30 ~ 13:30 Basic Runa	
	13:30 ~ 14:30 Basic Rio.k		13:30 ~ 14:30 Basic Rio.k	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Mei.D	13:30 ~ 14:30 Basic Rio.k	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Mei.D	
					15:00 ~ 16:00 Power up Control YUKINA	16:30 ~ 17:30 Basic Runa	
					17:30 ~ 18:30 Basic Rio.k		
	18:00 ~ 19:00 Release&Strength arisa	18:00 ~ 19:00 Waist Mei.D	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Yume	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Yume			
	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Mei.D	19:30 ~ 20:30 Back & Spine YUKINA	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Mei.D	19:30 ~ 20:30 Basic Rio.k			
	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mei.D	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mei.D	21:00 ~ 22:00 Waist Mei.D	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Yume			

👉: 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。

pilates K 所沢店		【 06/17 ~ 06/24 】				スケジュール		2025/06/18	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 Back & Spine YUKINA	10:30 ~ 11:30 Basic MIO.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mei.D	10:30 ~ 11:30 jump to burn Mei.D	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mei.D	10:30 ~ 11:30 Basic MIO.M	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist YUKINA		
12:00 ~ 13:00 Basic Rio.k	12:30 ~ 13:30 Power up Control YUKINA	12:00 ~ 13:00 Waist Mei.D	12:00 ~ 13:00 Basic Rio.k	12:00 ~ 13:00 Shape up waist YUKINA	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Mei.D		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg YUKINA		
13:30 ~ 14:30 Animal Stretch YUKINA		13:30 ~ 14:30 Basic MIO.M	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mei.D	13:30 ~ 14:30 Basic Rio.k	14:30 ~ 15:30 Basic MIO.M		13:30 ~ 14:30 Basic MIO.M		
				15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Mei.D	16:30 ~ 17:30 jump to burn Mei.D				
				17:30 ~ 18:30 Animal Stretch YUKINA					
18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Yume	18:00 ~ 19:00 Basic Rio.k	18:00 ~ 19:00 Back & Spine YUKINA	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning YUKINA				18:00 ~ 19:00 Back & Arm YUKINA		
19:30 ~ 20:30 Waist Yume	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mei.D	19:30 ~ 20:30 Basic Rio.k	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg YUKINA				19:30 ~ 20:30 Basic Rio.k		
21:00 ~ 22:00 Basic MIO.M	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Mei.D	21:00 ~ 22:00 Power up Control YUKINA	21:00 ~ 22:00 Basic MIO.M				21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Yume		

pilates K 所沢店		【 06/25 ~ 06/30 】				スケジュール		2025/06/18	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 Mei.D	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mei.D	10:30 ~ 11:30 Basic MIO.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre YUKINA	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg YUKINA	close				
12:30 ~ 13:30 jump to burn Mei.D	12:00 ~ 13:00 Basic MIO.M	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch YUKINA	12:00 ~ 13:00 Basic Rio.k	12:30 ~ 13:30 Basic Yume					
	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Mei.D	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning YUKINA	13:30 ~ 14:30 Power up Control YUKINA	14:30 ~ 15:30 Shape up waist YUKINA					
			15:00 ~ 16:00 Basic MIO.M	16:30 ~ 17:30 Release & Strength Yume					
			17:30 ~ 18:30 Back & Arm Chinatsu						
18:00 ~ 19:00 Basic Rio.k	18:00 ~ 19:00 Waist Yume	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mei.D							
19:30 ~ 20:30 Animal Stretch YUKINA	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Yume	19:30 ~ 20:30 Basic Rio.k							
21:00 ~ 22:00 Basic MIO.M	21:00 ~ 22:00 Basic Rio.k	21:00 ~ 22:00 jump to burn Mei.D							

👉：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。