

pilates K 神保店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2025/06/14 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
			10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 moeko.t	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Shiori.H	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Shiori.H	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 moeko.t
			12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kalia	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Kalia	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 moeko.t		12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Meimi.S
				14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 moeko.t	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Shiori.H		
					16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🍃 moeko.t		
				17:00 ~ 18:00 Basic 🍃 Meimi.S			
			18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Shiori.H				18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Meimi.S
			20:30 ~ 21:30 Waist 🍃 JUKA.W				20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 Kalia

pilates K 神保店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/06/14 更新	
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Shiori.H		10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 JUKA.W	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Meimi.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Kalia	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Meimi.S	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 JUKA.W
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Kalia		12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 moeko.t	12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 JUKA.W	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Meimi.S		12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 moeko.t	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 JUKA.W
			14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Meimi.S	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 moeko.t			
				16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Meimi.S			
			17:00 ~ 18:00 Back & Arm 🍃 JUKA.W				
18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Shiori.H	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Shiori.H	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 JUKA.W				18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 moeko.t	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Meimi.S
20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Meimi.S	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kalia	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Shiori.H				20:30 ~ 21:30 Waist 🍃 JUKA.W	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 Kalia

🍃：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 神保店		【 07/17 ~ 07/24 】			スケジュール			2025/06/14	更新
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24		
木	金	土	日	月	火	水	木		
	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Shiori.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 JUKA.W	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Shiori.H	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 JUKA.W	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Meimi.S			
	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 moeko.t	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 JUKA.W	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Kalia		12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Shiori.H	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 moeko.t			
		14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kalia	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Shiori.H						
			16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kalia						
		17:00 ~ 18:00 Waist 🍃 JUKA.W							
18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 moeko.t	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Meimi.S				18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Shiori.H	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 moeko.t	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Shiori.H		
20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 未確定	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 moeko.t				20:30 ~ 21:30 Waist 🍃 moeko.t	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Shiori.H	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 moeko.t		

pilates K 神保店		【 07/25 ~ 07/31 】			スケジュール			2025/06/14	更新
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31			
金	土	日	月	火	水	木			
10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kalia	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Meimi.S	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 JUKA.W	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Meimi.S	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Shiori.H				
12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 moeko.t	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Kalia	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 moeko.t		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 JUKA.W	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Meimi.S				
	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Meimi.S	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 JUKA.W							
		16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🍃 moeko.t							
	17:00 ~ 18:00 Basic 🍃 Shiori.H								
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Karin.N				18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 moeko.t	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 JUKA.W	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Shiori.H			
20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Meimi.S				20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 JUKA.W	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 Meimi.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 JUKA.W			

🍃 : 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。