

pilates K ちはら店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/06/27 更新	
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Moeka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic mitsuki.o	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Moeka.Y	close	10:30 ~ 11:30 Basic Moeka.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Moeka.Y		10:30 ~ 11:30 Basic Mifuyu
12:30 ~ 13:30 Basic mitsuki.o	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mifuyu	12:30 ~ 13:30 Basic mitsuki.o		12:30 ~ 13:30 Waist Moeka.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Moeka.Y		12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Mifuyu
	14:30 ~ 15:30 Basic mitsuki.o	14:30 ~ 15:30 Waist Moeka.Y					
		16:30 ~ 17:30 Basic mitsuki.o					
	17:00 ~ 18:00 Stretch & Conditioning Mifuyu						
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mifuyu				18:00 ~ 19:00 Basic Mifuyu	18:00 ~ 19:00 Back & Arm mitsuki.o	18:00 ~ 19:00 Basic mitsuki.o	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Moeka.Y
20:30 ~ 21:30 Basic Mifuyu				20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Mifuyu	20:30 ~ 21:30 Basic mitsuki.o	20:30 ~ 21:30 Back & Arm mitsuki.o	20:30 ~ 21:30 Basic mitsuki.o

pilates K ちはら店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/06/27 更新	
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Waist Moeka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic mitsuki.o	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Moeka.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Basic Moeka.Y
12:30 ~ 13:30 Basic mitsuki.o	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定		12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定	12:30 ~ 13:30 Basic mitsuki.o		12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定
14:30 ~ 15:30 Back & Arm mitsuki.o	14:30 ~ 15:30 Basic mitsuki.o						14:30 ~ 15:30 Waist Moeka.Y
	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 未定						
17:00 ~ 18:00 Hip & Leg Moeka.Y							17:00 ~ 18:00 Back & Arm 未定
			18:00 ~ 19:00 Basic mitsuki.o	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	18:00 ~ 19:00 Waist Moeka.Y	18:00 ~ 19:00 Basic mitsuki.o	
			20:30 ~ 21:30 Waist Moeka.Y	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Moeka.Y	20:30 ~ 21:30 Basic Moeka.Y	20:30 ~ 21:30 Basic mitsuki.o	

・体験可能レッスン
・クラスの個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 サイトをご覧ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1 週間前までにお申し込みしております。
・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 ちはら店		【 08/17 ~ 08/24 】		スケジュール		2025/06/27	更新
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Waist Moeka.Y	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Basic mitsuki.o		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mifuyu	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Basic mitsuki.o
12:30 ~ 13:30 Basic mitsuki.o		12:30 ~ 13:30 Basic Moeka.Y	12:30 ~ 13:30 Waist Moeka.Y		12:30 ~ 13:30 Basic Moeka.Y	12:30 ~ 13:30 Waist Moeka.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Moeka.Y
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Moeka.Y						14:30 ~ 15:30 Back & Arm 未定	14:30 ~ 15:30 Basic mitsuki.o
16:30 ~ 17:30 Basic mitsuki.o							16:30 ~ 17:30 Back & Arm Moeka.Y
						17:00 ~ 18:00 Basic Moeka.Y	
		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mifuyu	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	18:00 ~ 19:00 Basic mitsuki.o	18:00 ~ 19:00 Waist Moeka.Y		
		20:30 ~ 21:30 Back & Arm 未定	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Mifuyu	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 未定	20:30 ~ 21:30 Basic mitsuki.o		

pilates K ちはら店		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		2025/06/27	更新
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
月	火	水	木	金	土	日	
close	10:30 ~ 11:30 Waist Moeka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Moeka.Y		10:30 ~ 11:30 Basic mitsuki.o	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Moeka.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Moeka.Y	
	12:30 ~ 13:30 Basic Mifuyu	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Mifuyu		12:30 ~ 13:30 Waist Kurumi.U	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定 Moeka.Y	12:30 ~ 13:30 Basic mitsuki.o	
					14:30 ~ 15:30 Basic Moeka.Y	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Mifuyu	
						17:00 ~ 18:00 Basic Moeka.Y	
					17:00 ~ 18:00 Back & Arm 未定		
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	18:00 ~ 19:00 Basic mitsuki.o	18:00 ~ 19:00 Back & Arm mitsuki.o	18:00 ~ 19:00 Basic mitsuki.o			
	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Mifuyu	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 未定	20:30 ~ 21:30 Basic mitsuki.o	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 未定			

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
 ・レッスン開始時間1時間前迄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。