

pilates K 八王子サト-レ店

【 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 Hip & Leg Risa.I	10:30 ~ 11:30 Basic yumika.o		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yukika.s	10:30 ~ 11:30 Basic sayaka.k	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Ayumi.S	close	10:30 ~ 11:30 Basic AKARLn
12:00 ~ 13:00 Basic yumika.o	12:00 ~ 13:00 Waist mizuki.H		12:00 ~ 13:00 Basic AKARLn	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Camila.K	12:30 ~ 13:30 Basic sayaka.k		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg yukika.s
13:30 ~ 14:30 Waist mizuki.H	13:30 ~ 14:30 jump to burn mizuki.H		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio mizuki.H	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg yukika.s	14:30 ~ 15:30 Shape up waist Ayumi.S		13:30 ~ 14:30 Basic yukika.s
				15:00 ~ 16:00 Basic yumika.o	16:30 ~ 17:30 Release&Strength Ayumi.S		
				16:30 ~ 17:30 Back & Arm Camila.K			
				18:00 ~ 19:00 Basic yukika.s			
17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio mizuki.H	17:30 ~ 18:30 Basic AKARLn	17:30 ~ 18:30 Waist mizuki.H	17:30 ~ 18:30 Reset Flow arisa				17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Aoi.M
19:00 ~ 20:00 Basic AKARLn	19:00 ~ 20:00 Back & Arm mizuki.H	19:00 ~ 20:00 Back & Spine mizuki.H	19:00 ~ 20:00 Basic yumika.o				19:00 ~ 20:00 Pilates Barre Aoi.M
20:30 ~ 21:30 Back & Spine mizuki.H	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg yukika.s	20:30 ~ 21:30 Basic AKARLn	20:30 ~ 21:30 Body Balance arisa				20:30 ~ 21:30 Basic yumika.o

pilates K 八王子サト-レ店

【 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 Body Balance mizuki.K		10:30 ~ 11:30 Basic yumika.o	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Ayumi.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yukika.s	close	10:30 ~ 11:30 Waist mizuki.H	10:30 ~ 11:30 Basic AKARLn
12:00 ~ 13:00 Basic Risa.I		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Risa.I	12:00 ~ 13:00 Basic AKARLn	12:30 ~ 13:30 Waist mizuki.H		12:00 ~ 13:00 Basic yukika.s	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio mizuki.H
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg yukika.s		13:30 ~ 14:30 Back & Spine mizuki.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Ayumi.S	14:30 ~ 15:30 Basic yumika.o		13:30 ~ 14:30 Back & Spine mizuki.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm mizuki.H
			15:00 ~ 16:00 Waist mizuki.H	16:30 ~ 17:30 jump to burn mizuki.H			
			16:30 ~ 17:30 Hip & Leg yukika.s				
			18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio mizuki.H				
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Ayumi.S	17:30 ~ 18:30 Basic yukika.s	17:30 ~ 18:30 jump to burn mizuki.H				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg yukika.s	17:30 ~ 18:30 Basic yukika.s
19:00 ~ 20:00 Basic yumika.o	19:00 ~ 20:00 Release&Strength Ayumi.S	19:00 ~ 20:00 Waist mizuki.H				19:00 ~ 20:00 Basic AKARLn	19:00 ~ 20:00 Waist mizuki.H
20:30 ~ 21:30 Shape up waist Ayumi.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg yukika.s	20:30 ~ 21:30 Basic AKARLn				20:30 ~ 21:30 Release&Strength Ayumi.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg yukika.s

👉：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時間前を切つて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。

pilates K 八王子カトレー店 【 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 jump to burn mizuki.H	10:30 ~ 11:30 Basic AKARI.n	10:30 ~ 11:30 Back & Arm mizuki.H	close	10:30 ~ 11:30 Basic AKARI.n	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yukika.s	
	12:00 ~ 13:00 Waist mizuki.H	12:00 ~ 13:00 Back & Spine mizuki.H	12:30 ~ 13:30 Basic yumika.o		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Ayumi.S	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning yumika.o	
	13:30 ~ 14:30 Basic yumika.o	13:30 ~ 14:30 Waist mizuki.H	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg yukika.s		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Ayumi.S	13:30 ~ 14:30 Basic yumika.o	
		15:00 ~ 16:00 Basic yumika.o	16:30 ~ 17:30 Waist mizuki.H				
		16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio mizuki.H					
		18:00 ~ 19:00 Basic yumika.o					
17:30 ~ 18:30 Hip & Leg yukika.s	17:30 ~ 18:30 Back & Arm mizuki.H				17:30 ~ 18:30 Basic yumika.o	17:30 ~ 18:30 Hip Punch Ayumi.S	17:30 ~ 18:30 jump to burn mizuki.H
19:00 ~ 20:00 Back & Arm Ayumi.S	19:00 ~ 20:00 Basic yumika.o				19:00 ~ 20:00 Hip & Leg yukika.s	19:00 ~ 20:00 Body Balance mizuki.H	19:00 ~ 20:00 Basic yumika.o
20:30 ~ 21:30 Basic yumika.o	20:30 ~ 21:30 Hip Punch Ayumi.S				20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning yumika.o	20:30 ~ 21:30 Back & Arm AKARI.n	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg yukika.s

pilates K 八王子カトレー店 【 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 Pilates Cardio mizuki.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Ayumi.S	10:30 ~ 11:30 Basic AKARI.n	close	10:30 ~ 11:30 Back & Spine mizuki.H	10:30 ~ 11:30 Basic AKARI.n	
12:00 ~ 13:00 Basic AKARI.n	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg yukika.s	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Ayumi.S		12:00 ~ 13:00 Basic yumika.o	12:00 ~ 13:00 Back & Arm AKARI.n	
13:30 ~ 14:30 Body Balance mizuki.H	13:30 ~ 14:30 Basic yumika.o	14:30 ~ 15:30 Back & Arm AKARI.n		13:30 ~ 14:30 Waist mizuki.H	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning yumika.o	
	15:00 ~ 16:00 Shape up waist Ayumi.S	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg yukika.s				
	16:30 ~ 17:30 Basic yukika.s					
	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning yumika.o					
17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning yumika.o				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg yukika.s	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Ayumi.S	17:30 ~ 18:30 Basic yumika.o
19:00 ~ 20:00 Back & Arm AKARI.n				19:00 ~ 20:00 Basic AKARI.n	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg yukika.s	19:00 ~ 20:00 jump to burn mizuki.H
20:30 ~ 21:30 Basic yumika.o				20:30 ~ 21:30 Back & Arm AKARI.n	20:30 ~ 21:30 Basic yumika.o	20:30 ~ 21:30 Body Balance mizuki.H

👉 : 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。