

pilates K 国分寺店

【 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 miyu.s	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hitomi		10:30 ~ 11:30 Waist Rei.U	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Shiori	10:30 ~ 11:30 Basic miyu.s	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Shiori
12:00 ~ 13:00 Waist Camila.k	12:00 ~ 13:00 Basic miyu.s		12:00 ~ 13:00 Basic miyu.s	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Hitomi	12:00 ~ 13:00 Waist Rei.U		12:00 ~ 13:00 Basic miyu.s
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Camila.k			13:30 ~ 14:30 Waist Rei.U	13:30 ~ 14:30 Advance Hitomi	14:30 ~ 15:30 Basic miyu.s		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Shiori
				15:00 ~ 16:00 Basic Rei.U	16:30 ~ 17:30 Release&Strength Shiori		
				17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Shiori			
18:00 ~ 19:00 Basic Rei.U	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Shiori	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Shiori	18:00 ~ 19:00 Basic miyu.s				18:00 ~ 19:00 Shape up waist Hitomi
19:30 ~ 20:30 Waist Rei.U	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Shiori	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Camila.k	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Hitomi				19:30 ~ 20:30 Basic miyu.s
21:00 ~ 22:00 Body Balance Shiori	21:00 ~ 22:00 jump to burn Hitomi	21:00 ~ 22:00 Basic Rei.U	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hitomi				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Hitomi

pilates K 国分寺店

【 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 Waist Rei.U		10:30 ~ 11:30 jump to burn Hitomi	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Camila.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Camila.k	10:30 ~ 11:30 Basic miyu.s	10:30 ~ 11:30 Waist Rei.U	10:30 ~ 11:30 Basic miyu.s
12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Shiori		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Hitomi	12:00 ~ 13:00 Basic miyu.s	12:30 ~ 13:30 Body Balance Shiori	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Hitomi	12:00 ~ 13:00 Body Balance Shiori	12:30 ~ 13:30 Waist Rei.U
		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Shiori	13:30 ~ 14:30 Waist Rei.U	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Camila.k		13:30 ~ 14:30 Basic Rei.U	
			15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Camila.k	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Shiori			
			17:30 ~ 18:30 Waist Rei.U				
18:00 ~ 19:00 Basic miyu.s	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Camila.k	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Shiori			18:00 ~ 19:00 Waist Rei.U	18:00 ~ 19:00 Basic miyu.s	18:00 ~ 19:00 jump to burn Hitomi
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Hitomi	19:30 ~ 20:30 Basic Rei.U	19:30 ~ 20:30 Waist Rei.U			19:30 ~ 20:30 Shape up waist Hitomi	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Camila.k	19:30 ~ 20:30 Waist Rei.U
21:00 ~ 22:00 Advance Hitomi	21:00 ~ 22:00 Waist Camila.k	21:00 ~ 22:00 Basic Rei.U			21:00 ~ 22:00 Basic Rei.U	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Camila.k	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Hitomi

👉：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週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。

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 Rei.U	10:30 ~ 11:30 jump to burn Hitomi	10:30 ~ 11:30 Waist Rei.U	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未確定	10:30 ~ 11:30 Basic Rei.U	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Shiori	
	12:00 ~ 13:00 Waist Rei.U	12:00 ~ 13:00 Basic miyu.s	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Shiori	12:00 ~ 13:00 Body Balance Shiori	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未確定	12:30 ~ 13:30 Basic miyu.s	
	13:30 ~ 14:30 Basic miyu.s	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Shiori	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Shiori	13:30 ~ 14:30 Waist Rei.U	13:30 ~ 14:30 Basic miyu.s		
		15:00 ~ 16:00 Body Balance Shiori	16:30 ~ 17:30 Basic Rei.U	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Shiori			
		17:30 ~ 18:30 Basic miyu.s		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Shiori			
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Shiori	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Shiori				18:00 ~ 19:00 Basic miyu.s	18:00 ~ 19:00 Waist Rei.U	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Honoka
19:30 ~ 20:30 Advance Hitomi	19:30 ~ 20:30 Basic miyu.s				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Hitomi	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 未確定	19:30 ~ 20:30 Body Balance Shiori
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Shiori	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Shiori				21:00 ~ 22:00 jump to burn Hitomi	21:00 ~ 22:00 Advance Hitomi	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Shiori

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 Waist Rei.U	10:30 ~ 11:30 Advance Hitomi	10:30 ~ 11:30 Basic miyu.s	10:30 ~ 11:30 jump to burn Hitomi	10:30 ~ 11:30 Waist Rei.U	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未確定	
12:00 ~ 13:00 Release&Strength Shiori	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未確定	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Shiori	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Hitomi	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Hitomi	12:30 ~ 13:30 Waist Rei.U	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未確定	13:30 ~ 14:30 Waist 未確定	14:30 ~ 15:30 Basic miyu.s		13:30 ~ 14:30 Basic Rei.U		
	15:00 ~ 16:00 Basic miyu.s	16:30 ~ 17:30 Body Balance Shiori				
	17:30 ~ 18:30 jump to burn Hitomi					
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Shiori			18:00 ~ 19:00 Waist 未確定	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未確定	18:00 ~ 19:00 Basic miyu.s	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Shiori
19:30 ~ 20:30 Waist 未確定			19:30 ~ 20:30 Back & Arm 未確定	19:30 ~ 20:30 jump to burn Hitomi	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Shiori	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Hitomi
21:00 ~ 22:00 Basic miyu.s			21:00 ~ 22:00 Basic miyu.s	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未確定	21:00 ~ 22:00 Waist 未確定	21:00 ~ 22:00 Body Balance Shiori

👉 : 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。