

pilates K 町田店		【 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
1030 ~ 11:30 Pilates Barre Riho.S	1030 ~ 11:30 Back & Arm👉		1030 ~ 11:30 Basic👉 Akiho	1030 ~ 11:30 Body Balance Sae	1030 ~ 11:30 Basic👉 Akiho		1030 ~ 11:30 Basic👉 Akiho
12:00 ~ 13:00 Reset Flow Sae	12:00 ~ 13:00 Basic👉 Akiho		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Haru	12:00 ~ 13:00 Basic👉 Akiho	12:30 ~ 13:30 Animal Stretch Haru		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning👉 Maari
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning👉 Riho.S	13:30 ~ 14:30 Advance Haru		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Riho.S	13:30 ~ 14:30 Waist👉 Riho.S	14:30 ~ 15:30 Basic👉 Akiho		13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Sae
				15:00 ~ 16:00 Basic👉 Akiho			
				16:30 ~ 17:30 Shape up waist Sae	16:30 ~ 17:30 Back & Arm👉 Haru		
18:00 ~ 19:00 Basic👉 Akiho	18:00 ~ 19:00 jump to burn Sae	18:00 ~ 19:00 Waist👉 Riho.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg👉 Sae	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Riho.S			18:00 ~ 19:00 Basic👉 Akiho
19:30 ~ 20:30 Shape up waist Sae	19:30 ~ 20:30 Basic👉 Akiho	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Sae	19:30 ~ 20:30 Waist👉 Riho.S				19:30 ~ 20:30 Power up Control Sae
21:00 ~ 22:00 Basic👉 Akiho	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg👉 Sae	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Riho.S	21:00 ~ 22:00 Back & Arm👉 Sae				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg👉 Maari

pilates K 町田店		【 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
1030 ~ 11:30 Release&Strength Sae		1030 ~ 11:30 Hip Punch Maari	1030 ~ 11:30 Hip & Leg👉 Maari	1030 ~ 11:30 Stretch & Conditioning👉 Riho.S		1030 ~ 11:30 Hip & Leg👉 Sae	1030 ~ 11:30 Pilates Barre Riho.S
12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Sae		12:00 ~ 13:00 Basic👉 Riho.S	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Riho.S	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Maari		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Sae	12:00 ~ 13:00 Basic👉 Riho.S
13:30 ~ 14:30 Basic👉 Akiho		13:30 ~ 14:30 Back & Arm👉 Maari	13:30 ~ 14:30 Basic👉 Akiho	14:30 ~ 15:30 Waist👉 Riho.S		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Riho.S	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Haru
			15:00 ~ 16:00 Hip Punch Maari				
			16:30 ~ 17:30 Waist👉 Riho.S	16:30 ~ 17:30 jump to burn Maari			
18:00 ~ 19:00 Back & Arm👉 Haru	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Riho.S	18:00 ~ 19:00 Waist👉 Riho.S	18:00 ~ 19:00 Basic👉 Akiho			18:00 ~ 19:00 Basic👉 Akiho	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg👉 Maari
19:30 ~ 20:30 Hip Punch Maari	19:30 ~ 20:30 Basic👉 Akiho	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Sae				19:30 ~ 20:30 Waist👉 Riho.S	19:30 ~ 20:30 Animal Stretch Haru
21:00 ~ 22:00 Basic👉 Akiho	21:00 ~ 22:00 Waist👉 Riho.S	21:00 ~ 22:00 Basic👉 Akiho				21:00 ~ 22:00 Basic👉 Akiho	21:00 ~ 22:00 jump to burn Maari

👉：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 町田店

【 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
	1030 ~ 11:30 Back & Arm Haru	1030 ~ 11:30 Animal Stretch Haru	1030 ~ 11:30 Hip & Leg Maari		1030 ~ 11:30 Waist Riho.S	1030 ~ 11:30 Basic Akiho	
	12:00 ~ 13:00 Body Balance Sae	12:00 ~ 13:00 Basic Akiho	12:30 ~ 13:30 Advance Haru		12:00 ~ 13:00 Animal Stretch Haru	12:00 ~ 13:00 Waist Riho.S	
	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Haru	13:30 ~ 14:30 Power up Control Sae	14:30 ~ 15:30 jump to burn Maari		13:30 ~ 14:30 Basic Riho.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sae	
		15:00 ~ 16:00 Basic Akiho					
		16:30 ~ 17:30 Back & Arm Haru	16:30 ~ 17:30 Basic Haru				
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Maari	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Maari	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Sae			18:00 ~ 19:00 Release&Strength Sae	18:00 ~ 19:00 Basic Akiho	18:00 ~ 19:00 Body Balance Maari
19:30 ~ 20:30 Basic Akiho	19:30 ~ 20:30 Reset Flow Sae				19:30 ~ 20:30 Back & Spine Haru	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Sae	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Akiho
21:00 ~ 22:00 Hip Punch Maari	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Maari				21:00 ~ 22:00 jump to burn Sae	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Maari	21:00 ~ 22:00 Basic Maari

pilates K 町田店

【 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
1030 ~ 11:30 Power up Control Sae	1030 ~ 11:30 Hip & Leg Maari	1030 ~ 11:30 Pilates Cardio Maari		1030 ~ 11:30 Body Balance Maari	1030 ~ 11:30 Hip & Leg Sae	
12:00 ~ 13:00 Release&Strength Haru	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Sae	12:30 ~ 13:30 Basic Riho.S		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Maari	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Sae	
13:30 ~ 14:30 Basic Akiho	13:30 ~ 14:30 Waist Riho.S	14:30 ~ 15:30 Reset Flow Sae		13:30 ~ 14:30 Power up Control Sae	13:30 ~ 14:30 Basic Riho.S	
	15:00 ~ 16:00 Hip Punch Maari					
	16:30 ~ 17:30 Basic Sae	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Maari				
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Akiho	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Riho.S			18:00 ~ 19:00 Shape up waist Sae	18:00 ~ 19:00 Waist Riho.S	18:00 ~ 19:00 Animal Stretch Haru
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Maari				19:30 ~ 20:30 Basic Akiho	19:30 ~ 20:30 jump to burn Maari	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Maari
21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Riho.S				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Akiho	21:00 ~ 22:00 Basic Akiho	21:00 ~ 22:00 Waist Riho.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時間前迄を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。