

pilates K 蔵店 【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール								2025/06/13	更新
06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg rimi.Y	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.h	10:30 ~ 11:30 Waist Rinka.T		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Rinka.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm aina.K	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.h		
12:30 ~ 13:30 Back & Arm Rinka.T		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg rimi.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Kaho.h		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning aina.K	12:00 ~ 13:00 Basic rimi.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg rimi.Y		
14:30 ~ 15:30 Basic Kaho.h		13:30 ~ 14:30 Basic Kaho.h			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rinka.T	13:30 ~ 14:30 Waist aina.K	14:30 ~ 15:30 Basic Kaho.h		
16:30 ~ 17:30 Waist Rinka.T						15:00 ~ 16:00 Hip & Leg rimi.Y	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg rimi.Y		
						17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning aina.K			
		18:00 ~ 19:00 Waist Rinka.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg rimi.Y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm aina.K	18:00 ~ 19:00 Basic rimi.Y				
		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg rimi.Y	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning aina.K	19:30 ~ 20:30 Basic Kaho.h	19:30 ~ 20:30 Waist aina.K				
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rinka.T	21:00 ~ 22:00 Basic rimi.Y	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning aina.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg rimi.Y				

pilates K 蔵店 【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール								2025/06/13	更新
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30 Waist aina.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rinka.T		10:30 ~ 11:30 Basic rimi.Y	10:30 ~ 11:30 Waist aina.K	10:30 ~ 11:30 Basic aina.K	close		
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Rinka.T	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning aina.K		12:00 ~ 13:00 Waist Rinka.T	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning aina.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Rinka.T			
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning aina.K			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg rimi.Y	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Rinka.T	14:30 ~ 15:30 Back & Arm aina.K			
					15:00 ~ 16:00 Basic Suzu.i	16:30 ~ 17:30 Waist Rinka.T			
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm Rinka.T				
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rinka.T	18:00 ~ 19:00 Basic Kaho.h	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg rimi.Y	18:00 ~ 19:00 Waist Rinka.T					
	19:30 ~ 20:30 Waist Rinka.T	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg rimi.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Kaho.h	19:30 ~ 20:30 Back & Arm aina.K					
	21:00 ~ 22:00 Basic Kaho.h	21:00 ~ 22:00 Basic Kaho.h	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg rimi.Y	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning aina.K					

・ 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 蔵店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/06/13 更新	
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Rinka.T	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.h		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rinka.T	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning aina.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm aina.K	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning aina.K
12:00 ~ 13:00 Waist aina.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg rimi.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.h	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg rimi.Y	12:30 ~ 13:30 Basic rimi.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.h
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rinka.T			13:30 ~ 14:30 Waist Rinka.T	13:30 ~ 14:30 Waist aina.K	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning aina.K		13:30 ~ 14:30 Waist aina.K
				15:00 ~ 16:00 Basic Kaho.h	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg rimi.Y		
				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg rimi.Y			
18:00 ~ 19:00 Basic Kaho.h	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Rinka.T	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rinka.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg rimi.Y				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg rimi.Y
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning aina.K	19:30 ~ 20:30 Waist aina.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg rimi.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Kaho.h				19:30 ~ 20:30 Basic Kaho.h
21:00 ~ 22:00 Basic Kaho.h	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rinka.T	21:00 ~ 22:00 Basic Kaho.h	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg rimi.Y				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg rimi.Y

pilates K 蔵店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/06/13 更新	
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Back & Arm aina.K		10:30 ~ 11:30 Waist Rinka.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rinka.T	10:30 ~ 11:30 Waist Rinka.T	close		
12:30 ~ 13:30 Basic Kaho.h		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg rimi.Y	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning aina.K	12:30 ~ 13:30 Basic Kaho.h			
		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rinka.T	13:30 ~ 14:30 Basic Kaho.h	14:30 ~ 15:30 Back & Arm aina.K			
			15:00 ~ 16:00 Hip & Leg rimi.Y	16:30 ~ 17:30 Basic Kaho.h			
			17:30 ~ 18:30 Waist Rinka.T				
18:00 ~ 19:00 Waist Rinka.T	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning aina.K	18:00 ~ 19:00 Basic Kaho.h					
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg rimi.Y	19:30 ~ 20:30 Basic rimi.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm aina.K					
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rinka.T	21:00 ~ 22:00 Waist Rinka.T	21:00 ~ 22:00 Basic Kaho.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。