

pilates K 函館店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/7/15 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 🍃 Sonomi.M	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Hina.N	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Arisa.Y	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Arisa.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Kazuki.I
12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Hina.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Miku.y	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Hina.N		12:00 ~ 13:00 jump to burn Miku.y	12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 Arisa.Y		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Sonomi.M
13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Sonomi.M	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Arisa.Y	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y		13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Arisa.Y			13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kazuki.I
	15:00 ~ 16:00 jump to burn Miku.y	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Hina.N					
	17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Hina.N						
18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Arisa.Y				18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Sonomi.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Sonomi.M	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Kazuki.I	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Arisa.Y
19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Hina.N				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Kazuki.I	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Sonomi.M	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Sonomi.M
21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Arisa.Y				21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Sonomi.M	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Hina.N	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Kazuki.I	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Arisa.Y

pilates K 函館店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/7/15 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 Back & Arm 🍃 Sonomi.M	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Hina.N	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Hina.N	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kazuki.I		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y	10:30 ~ 11:30 jump to burn Miku.y
12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Kazuki.I	12:30 ~ 13:30 jump to burn Miku.y		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Hina.N	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Kazuki.I		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Sonomi.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Sonomi.M
13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Hina.N	14:30 ~ 15:30 Waist 🍃 Arisa.Y		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y			13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Miku.y	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y
15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning 🍃 Kazuki.I	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y						15:00 ~ 16:00 Basic 🍃 Hina.N
17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 Arisa.Y							17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🍃 Sonomi.M
			18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Kazuki.I	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Arisa.Y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Arisa.Y	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Arisa.Y	
			19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Sonomi.M	19:30 ~ 20:30 jump to burn Miku.y	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Sonomi.M	
			21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Kazuki.I	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Arisa.Y	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Arisa.Y	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Arisa.Y	

🍃：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。

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 Back & Arm 🍃 Arisa.Y	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Sonomi.M	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Arisa.Y		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Hina.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Arisa.Y	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Hina.N
12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Hina.N		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Arisa.Y	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Hina.N		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Miku.y	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 Sonomi.M	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y
14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 Sonomi.M		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Sonomi.M			13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Hina.N	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Hina.N	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning 🍃 Sonomi.M
16:30 ~ 17:30 Waist 🍃 Hina.N						15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🍃 Sonomi.M	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Miku.y
						17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Hina.N	
		18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Hina.N	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Sonomi.M	18:00 ~ 19:00 jump to burn Miku.y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Arisa.Y		
		19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Arisa.Y	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Miku.y	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Sonomi.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y		
		21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Hina.N	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Hina.N	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Miku.y	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Arisa.Y		

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 Stretch & Conditioning 🍃 Sonomi.M	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Miku.y	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 Sonomi.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Arisa.Y
	12:00 ~ 13:00 jump to burn Miku.y	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍃 Sonomi.M		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Hina.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Miku.y	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Hina.N
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Sonomi.M			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Sonomi.M	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y
					15:00 ~ 16:00 Basic 🍃 Hina.N	16:30 ~ 17:30 Waist 🍃 Hina.N
					17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Miku.y	
	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Arisa.Y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Sonomi.M	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Hina.N	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Arisa.Y		
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Miku.y	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Arisa.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Arisa.Y	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Hina.N		
	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Arisa.Y	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Hina.N	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Hina.N	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Sonomi.M		

🍃 : 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。