

pilates K 八王子カトリック店

【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール

2025/07/18 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 Hip & Leg 🍃 yukika.s	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 AKARI.n	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Ayumi.S		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 AKARI.n	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Ayumi.S		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 yukika.s
12:00 ~ 13:00 jump to burn mizuki.H	12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 mizuki.H	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 yumika.o		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o	12:00 ~ 13:00 Back & Spine mizuki.H		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 yukika.s
13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 AKARI.n	13:30 ~ 14:30 Body Balance mizuki.H	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 yukika.s		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 AKARI.n	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 yukika.s		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o
	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍃 yukika.s	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o					
	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🍃 AKARI.n						
	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio mizuki.H						
17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 mizuki.H				17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 yumika.o	17:30 ~ 18:30 Body Balance mizuki.H	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🍃 AKARI.n	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍃 yukika.s
19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 yumika.o				19:00 ~ 20:00 Waist 🍃 yukino	19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 yumika.o	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🍃 yukika.s	19:00 ~ 20:00 Release&Strength Ayumi.S
20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o				20:30 ~ 21:30 Pilates Workout yukino	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 AKARI.n	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 yukika.s	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Ayumi.S

pilates K 八王子カトリック店

【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール

2025/07/18 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 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o	10:30 ~ 11:30 jump to burn mizuki.H		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 yukika.s	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 AKARI.n		10:30 ~ 11:30 Body Balance mizuki.H	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Ayumi.S
12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 yumika.o	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 HARUKA.I		12:00 ~ 13:00 Body Balance mizuki.H	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 HARUKA.I	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Ayumi.S
13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 HARUKA.I	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 yukika.s		13:30 ~ 14:30 Back & Spine mizuki.H	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 yumika.o		13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 mizuki.H	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 AKARI.n
15:00 ~ 16:00 Shape up waist Ayumi.S	16:30 ~ 17:30 Body Balance mizuki.H						15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🍃 HARUKA.I
16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 AKARI.n							16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 Ayumi.S
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Ayumi.S							18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 AKARI.n
			17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio mizuki.H	17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 mizuki.H	17:30 ~ 18:30 Pilates Workout yukino	17:30 ~ 18:30 jump to burn mizuki.H	
			19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 AKARI.n	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🍃 HARUKA.I	19:00 ~ 20:00 Back & Spine mizuki.H	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🍃 yukika.s	
			20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 yukika.s	20:30 ~ 21:30 Release&Strength yukino	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 AKARI.n	

🍃：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 八王子カトリック店 【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/18 更新

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 🍃 HARUKA.I		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o	10:30 ~ 11:30 Back & Spine mizuki.H		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 HARUKA.I	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 AKARI.n	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 mizuki.H
12:30 ~ 13:30 Shape up waist Ayumi.S		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 HARUKA.I	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio mizuki.H		12:00 ~ 13:00 Hip Punch Ayumi.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 AKARI.n	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 yukika.s
14:30 ~ 15:30 Release&Strength Ayumi.S		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 yumika.o	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 HARUKA.I		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Ayumi.S	13:30 ~ 14:30 Body Balance mizuki.H	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 yukika.s
16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 AKARI.n						15:00 ~ 16:00 Basic 🍃 yumika.o	16:30 ~ 17:30 Back & Spine mizuki.H
						16:30 ~ 17:30 jump to burn mizuki.H	
						18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o	
	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Aoi.M	17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 AKARI.n		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍃 yukika.s		
	19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 yumika.o	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🍃 HARUKA.I	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o		19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 yukika.s		
	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 yukika.s	20:30 ~ 21:30 Pilates Barre Aoi.M	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 AKARI.n		20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o		

pilates K 八王子カトリック店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/18 更新

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
月	火	水	木	金	土	日
	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 yukika.s	10:30 ~ 11:30 Body Balance mizuki.H		10:30 ~ 11:30 Release&Strength yukika.s	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 mizuki.K	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 yukika.s
	12:00 ~ 13:00 Release&Strength yukika.s	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout natsumi.N		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 AKARI.n	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o	12:30 ~ 13:30 Back & Spine mizuki.H
	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Ayumi.S	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 yumika.o		13:30 ~ 14:30 Pilates Workout natsumi.N	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 AKARI.n	14:30 ~ 15:30 jump to burn mizuki.H
					15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🍃 HARUKA.I	16:30 ~ 17:30 Release&Strength yukika.s
					16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 AKARI.n	
					18:00 ~ 19:00 Shape up waist mizuki.K	
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🍃 HARUKA.I	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o	17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 mizuki.H	17:30 ~ 18:30 Hip Punch Ayumi.S		
	19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 AKARI.n	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🍃 yukika.s	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🍃 AKARI.n	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning 🍃 yumika.o		
	20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio mizuki.H	20:30 ~ 21:30 Waist 🍃 mizuki.H	20:30 ~ 21:30 Body Balance mizuki.H	20:30 ~ 21:30 Basic 🍃 yumika.o		

🍃 : 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。