

pilates K 南草津店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/07/10 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 🍷 Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍷 Hinako.K	10:30 ~ 11:30 Basic 🍷 Haruka.N	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍷 Haruka.N	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Hinako.K		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍷 未定
12:00 ~ 13:00 Waist 🍷 Honoka.K	12:00 ~ 13:00 Basic 🍷 Haruka.N	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍷 未定		12:00 ~ 13:00 Waist 🍷 Honoka.K	12:30 ~ 13:30 Basic 🍷 Haruka.N		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍷 Hinako.K
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍷 未定	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍷 Honoka.K	14:30 ~ 15:30 Basic 🍷 Haruka.N		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍷 未定			13:30 ~ 14:30 Basic 🍷 Haruka.N
	15:00 ~ 16:00 Basic 🍷 Haruka.N	16:30 ~ 17:30 Waist 🍷 Honoka.K					
	17:30 ~ 18:30 Waist 🍷 Honoka.K						
18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍷 Hinako.K				18:00 ~ 19:00 Waist 🍷 Honoka.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍷 Honoka.K	18:00 ~ 19:00 Basic 🍷 Haruka.N	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Hinako.K
19:30 ~ 20:30 Basic 🍷 Hinako.K				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍷 Hinako.K	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 🍷 未定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍷 未定	19:30 ~ 20:30 Waist 🍷 Honoka.K
21:00 ~ 22:00 Release&Strength Hinako.K				21:00 ~ 22:00 Basic 🍷 Hinako.K	21:00 ~ 22:00 Waist 🍷 Honoka.K	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍷 未定	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍷 Honoka.K

pilates K 南草津店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/07/10 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 Basic 🍷 Hinako.K	10:30 ~ 11:30 Waist 🍷 Honoka.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍷 Hinako.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍷 Hinako.K		10:30 ~ 11:30 Basic 🍷 Haruka.N	10:30 ~ 11:30 Waist 🍷 Honoka.K
12:00 ~ 13:00 Waist 🍷 Honoka.K	12:30 ~ 13:30 Basic 🍷 Haruka.N		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Hinako.K	12:30 ~ 13:30 Basic 🍷 Haruka.N		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍷 未定	12:00 ~ 13:00 Basic 🍷 Haruka.N
13:30 ~ 14:30 Release&Strength Hinako.K	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍷 Honoka.K		13:30 ~ 14:30 Waist 🍷 Honoka.K			13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍷 未定	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍷 Hinako.K
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍷 Honoka.K	16:30 ~ 17:30 Basic 🍷 Haruka.N						15:00 ~ 16:00 Waist 🍷 Honoka.K
17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍷 未定							17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍷 Hinako.K
			18:00 ~ 19:00 Basic 🍷 Haruka.N	18:00 ~ 19:00 Waist 🍷 Honoka.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍷 Hinako.K	18:00 ~ 19:00 Basic 🍷 Haruka.N	
			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍷 Honoka.K	19:30 ~ 20:30 Basic 🍷 Haruka.N	19:30 ~ 20:30 Waist 🍷 Honoka.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍷 Honoka.K	
			21:30 ~ 22:00 Basic 🍷 Haruka.N	21:30 ~ 22:00 Hip & Leg 🍷 Honoka.K	21:30 ~ 22:00 Basic 🍷 Hinako.K	21:30 ~ 22:00 Waist 🍷 Honoka.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 南草津店

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/10 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 Release&Strength Honoka.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hinako.K	10:30 ~ 11:30 Basic Haruka.N		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 未定	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Basic Haruka.N
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Haruka.N		12:00 ~ 13:00 Basic Haruka.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定		12:00 ~ 13:00 Waist Honoka.K	12:00 ~ 13:00 Basic Haruka.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Hinako.K
14:30 ~ 15:30 Waist Honoka.K		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Hinako.K			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Honoka.K	13:30 ~ 14:30 Waist Honoka.K	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Hinako.K
16:30 ~ 17:30 Back & Arm Haruka.N						15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning 未定	16:30 ~ 17:30 Basic Haruka.N
						17:30 ~ 18:30 Back & Arm 未定	
		18:00 ~ 19:00 Waist Honoka.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hinako.K	18:00 ~ 19:00 Basic Haruka.N	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Hinako.K		
		19:30 ~ 20:30 Basic Haruka.N	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 未定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 未定	19:30 ~ 20:30 Waist Honoka.K		
		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Honoka.K	21:00 ~ 22:00 Basic Hinako.K	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 未定	21:00 ~ 22:00 Basic Hinako.K		

pilates K 南草津店

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/10 更新

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 Waist Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Honoka.K		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Hinako.K	10:30 ~ 11:30 Basic Haruka.N	10:30 ~ 11:30 Waist Honoka.K
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Honoka.K	12:30 ~ 13:30 Waist Honoka.K		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Hinako.K	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Hinako.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Honoka.K
	13:30 ~ 14:30 Basic Hinako.K			13:30 ~ 14:30 Basic Hinako.K	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 未定	14:30 ~ 15:30 Basic Hinako.K
					15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Hinako.K	16:30 ~ 17:30 Release&Strength Hinako.K
					17:30 ~ 18:30 Basic Haruka.N	
	18:00 ~ 19:00 Basic Hinako.K	18:00 ~ 19:00 Basic Haruka.N	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 未定	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定		
	19:30 ~ 20:30 Waist Honoka.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Hinako.K	19:30 ~ 20:30 Basic Haruka.N	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 未定		
	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 未定	21:00 ~ 22:00 Basic Haruka.N	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未定	21:00 ~ 22:00 Basic Haruka.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。