

pilates K 厚木店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/07/15 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 Stretch&Conditioning Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Waist aika.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout aika.K		10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Basic Uki.S		10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Chihiro.N
12:00 ~ 13:00 Back&Spine Chihiro.N	12:00 ~ 13:00 Basic Uki.S			12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Waist Chihiro.N		12:00 ~ 13:00 Basic Rin.Y
13:30 ~ 14:30 Waist Chihiro.N	13:30 ~ 14:30 jump to burn aika.K	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Uki.S		13:30 ~ 14:30 Basic Asaka.M			13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Chihiro.N
	15:00 ~ 16:00 Basic Rin.Y						
		14:30 ~ 15:30 Basic Uki.S					
17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Uki.S	16:30 ~ 17:30 Release&Strength aika.K		17:30 ~ 18:30 Waist Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 jump to burn aika.K	17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Uki.S
19:00 ~ 20:00 Back&Arm Uki.S				19:00 ~ 20:00 Back&Spine Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Basic Rin.Y	19:00 ~ 20:00 Body Balance aika.K	19:00 ~ 20:00 Pilates Workout aika.K
20:30 ~ 21:30 Basic Rin.Y				20:30 ~ 21:30 Basic Rin.Y	20:30 ~ 21:30 Release&Strength aika.K	20:30 ~ 21:30 Back&Arm 未定	20:30 ~ 21:30 Basic Uki.S

pilates K 厚木店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/07/15 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 Basic Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定		10:30 ~ 11:30 Back&Spine Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout aika.K		10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Body Balance aika.K
12:00 ~ 13:00 Release&Strength aika.K			12:00 ~ 13:00 Basic Uki.S	12:30 ~ 13:30 Back&Arm 未定		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Chihiro.N	12:00 ~ 13:00 Basic Rin.Y
13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未定	12:30 ~ 13:30 Waist Chihiro.N		13:30 ~ 14:30 Waist Chihiro.N			13:30 ~ 14:30 Basic Rin.Y	13:30 ~ 14:30 Waist aika.K
15:00 ~ 16:00 Hip&Leg aika.K							15:00 ~ 16:00 Back&Arm Uki.S
	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Chihiro.N						
17:30 ~ 18:30 Body Balance aika.K	16:30 ~ 17:30 Basic Uki.S		17:30 ~ 18:30 Hip&Leg aika.K	17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Back&Spine Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Release&Strength aika.K	17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y
			19:00 ~ 20:00 Stretch&Conditioning Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Body Balance aika.K	19:00 ~ 20:00 Basic Rin.Y	19:00 ~ 20:00 Back&Arm 未定	
			20:30 ~ 21:30 Pilates Workout aika.K	20:30 ~ 21:30 Basic Rin.Y	20:30 ~ 21:30 Back&Arm 未定	20:30 ~ 21:30 jump to burn aika.K	

・体験可能レッスン
・クラスの個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時間前までにお願ひしております。
・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 厚木店 【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール								2025/07/15	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 Stretch&Conditioning Chihiro.N		10:30 ~ 11:30 Basic Uki.S	10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定 Chihiro.N		10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout aika.K	10:30 ~ 11:30 Basic Rin.Y		
		12:00 ~ 13:00 Back&Arm 未定	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Chihiro.N		12:00 ~ 13:00 Back&Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Waist Rin.Y			
12:30 ~ 13:30 Basic Uki.S		13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Chihiro.N			13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Chihiro.N	13:30 ~ 14:30 Basic Rin.Y	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Uki.S		
						15:00 ~ 16:00 Release&Strength aika.K			
14:30 ~ 15:30 Back&Spine Chihiro.N							14:30 ~ 15:30 Waist Rin.Y		
17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Chihiro.N		17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Back&Arm 未定	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Basic Uki.S	17:30 ~ 18:30 Back&Arm 未定	17:30 ~ 18:30 Basic Uki.S		
		19:00 ~ 20:00 Hip&Leg Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Waist Rin.Y	19:00 ~ 20:00 Basic Rin.Y	19:00 ~ 20:00 jump to burn aika.K				
		20:30 ~ 21:30 Waist Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 Basic Uki.S	20:00 ~ 21:30 Back&Arm 未定	20:30 ~ 21:30 Release&Strength aika.K				

pilates K 厚木店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール								2025/07/15	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 jump to burn aika.K	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Chihiro.N		10:30 ~ 11:30 Back&Arm Uki.S	10:30 ~ 11:30 Back&Spine Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Basic Uki.S			
	12:00 ~ 13:00 Release&Strength aika.K	12:30 ~ 13:30 Basic Rin.Y		12:00 ~ 13:00 Waist Rin.Y	12:00 ~ 13:00 Back&Arm 未定				
	13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未定			13:30 ~ 14:30 Basic Uki.S	13:30 ~ 14:30 Body Balance aika.K	12:30 ~ 13:30 jump to burn aika.K			
					15:00 ~ 16:00 Stretch&Conditioning Chihiro.N				
						14:30 ~ 15:30 Waist Rin.Y			
	17:30 ~ 18:30 Waist Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Body Balance aika.K	17:30 ~ 18:30 Back&Arm 未定	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg aika.K	17:30 ~ 18:30 Pilates Workout aika.K	16:30 ~ 17:30 Back&Spine Chihiro.N			
	19:00 ~ 20:00 Basic Uki.S	19:00 ~ 20:00 Back&Arm Uki.S	19:00 ~ 20:00 Back&Spine Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Waist Rin.Y					
	20:30 ~ 21:30 Hip&Leg Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 jump to burn aika.K	20:30 ~ 21:30 Waist Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 Pilates Workout aika.K					

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いいたします。
 ・レッスン開始時刻1時間前迄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。