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 Basic AKIHO.B	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sae	10:30 ~ 11:30 Basic AKIHO.B		10:30 ~ 11:30 Waist Riho.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm YUKA.I		10:30 ~ 11:30 Power up Control Sae
12:00 ~ 13:00 jump to burn Sae	12:00 ~ 13:00 Basic Riho.S	12:30 ~ 13:30 Back & Spine Haru		12:00 ~ 13:00 Reset Flow Sae	12:00 ~ 13:00 Basic AKIHO.B		12:00 ~ 13:00 Release & Strength Haru
13:30 ~ 14:30 Body Balance Maari	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch Haru	14:30 ~ 15:30 Basic AKIHO.B		13:30 ~ 14:30 Back & Arm YUKA.I	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Haru		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Riho.S
	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Sae	16:30 ~ 17:30 Waist Haru					
	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Riho.S						
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Riho.S	18:00 ~ 19:00 Hip Punch Haru			18:00 ~ 19:00 jump to burn Sae	18:00 ~ 19:00 Basic AKIHO.B	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Haru	18:00 ~ 19:00 Back & Arm YUKA.I
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Maari				19:30 ~ 20:30 Basic AKIHO.B	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Maari	19:30 ~ 20:30 Back & Arm YUKA.I	19:30 ~ 20:30 Basic AKIHO.B
21:00 ~ 22:00 Waist Riho.S				21:00 ~ 22:00 Hip Punch Maari	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Sae	21:00 ~ 22:00 Waist Riho.S	21:00 ~ 22:00 Body Balance Maari

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 Waist Riho.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sae		10:30 ~ 11:30 Body Balance Maari	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Sae		10:30 ~ 11:30 Back & Arm YUKA.I	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Haru
12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Maari	12:00 ~ 13:00 Basic AKIHO.B		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Riho.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm YUKA.I		12:00 ~ 13:00 Waist Riho.S	12:00 ~ 13:00 Basic AKIHO.B
13:30 ~ 14:30 Back & Arm YUKA.I	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Riho.S		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Maari	13:30 ~ 14:30 Basic Haru		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Maari	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Sae
15:00 ~ 16:00 Animal Stretch Haru	16:30 ~ 17:30 Basic AKIHO.B						15:00 ~ 16:00 Back & Arm YUKA.I
16:30 ~ 17:30 Basic AKIHO.B							16:30 ~ 17:30 Waist Riho.S
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Maari			18:00 ~ 19:00 Back & Arm YUKA.I	18:00 ~ 19:00 Animal Stretch Haru	18:00 ~ 19:00 Basic AKIHO.B	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Haru	18:00 ~ 19:00 jump to burn Sae
			19:30 ~ 20:30 Back & Spine Haru	19:30 ~ 20:30 Waist Riho.S	19:30 ~ 20:30 Hip Punch Maari	19:30 ~ 20:30 Body Balance Maari	
			21:00 ~ 22:00 Power up Control Sae	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Maari	21:00 ~ 22:00 Release & Strength Haru	21:00 ~ 22:00 Basic AKIHO.B	

・休職可能レッスン
 ・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週間前までにお申し込みしております。
 ・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 町田店

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/13 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 YUKA.I		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Riho.S	10:30 ~ 11:30 Basic AKIHO.B		10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sae	10:30 ~ 11:30 Waist Riho.S	10:30 ~ 11:30 Basic AKIHO.B
12:30 ~ 13:30 Hip Punch Maari		12:00 ~ 13:00 Back&Arm YUKA.I	12:00 ~ 13:00 Hip Punch Maari		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Riho.S	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Haru	12:30 ~ 13:30 Reset Flow Sae
14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Sae		13:30 ~ 14:30 jump to burn Sae	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg AKIHO.B		13:30 ~ 14:30 Back&Arm YUKA.I	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg AKIHO.B	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Haru
16:30 ~ 17:30 Waist Riho.S						15:00 ~ 16:00 Basic Haru	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Sae
						16:30 ~ 17:30 Back&Arm Maari	
		18:00 ~ 19:00 Reset Flow Sae	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Maari	18:00 ~ 19:00 Basic AKIHO.B	18:00 ~ 19:00 jump to burn Maari	18:00 ~ 19:00 Hip Punch Haru	
		19:30 ~ 20:30 Basic AKIHO.B	19:30 ~ 20:30 Power up Control Sae	19:30 ~ 20:30 Back&Arm YUKA.I	19:30 ~ 20:30 Waist Riho.S		
		21:00 ~ 22:00 Body Balance Maari	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Riho.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Riho.S	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Haru		

pilates K 町田店

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/13 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 Back & Arm YUKA.I	10:30 ~ 11:30 Power up Control Sae		10:30 ~ 11:30 Release & Strength Haru	10:30 ~ 11:30 Body Balance Maari	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch Haru
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Sae	12:00 ~ 13:00 Waist Riho.S		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg AKIHO.B	12:00 ~ 13:00 Back & Arm YUKA.I	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Sae
	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Riho.S	13:30 ~ 14:30 Release & Strength Haru		13:30 ~ 14:30 Back & Spine Haru	13:30 ~ 14:30 Power up Control Sae	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Maari
					15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Maari	16:30 ~ 17:30 Basic AKIHO.B
					16:30 ~ 17:30 Basic AKIHO.B	
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm YUKA.I	18:00 ~ 19:00 Hip Punch Maari	18:00 ~ 19:00 Waist Haru	18:00 ~ 19:00 Basic AKIHO.B	18:00 ~ 19:00 Reset Flow Sae	
	19:30 ~ 20:30 jump to burn Maari	19:30 ~ 20:30 Basic AKIHO.B	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Maari	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Sae		
	21:00 ~ 22:00 Basic AKIHO.B	21:00 ~ 22:00 Back & Arm YUKA.I	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Riho.S	21:00 ~ 22:00 Back & Arm YUKA.I		

・休職可能レッスン
 ・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週間前までにお願ひしております。
 ・レッスンの開始時刻1時間前までのキャンセルは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。