

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Leg Lines Chihiro.N		10:30 ~ 11:30 jump to burn aika.K	10:30 ~ 11:30 Basic Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Rin.Y		10:30 ~ 11:30 Basic Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Chihiro.N
12:30 ~ 13:30 Body Balance aika.K		12:00 ~ 13:00 Basic aika.K	12:30 ~ 13:00 Back & Spine Chihiro.N			12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Atsuko.a
		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Atsuko.a	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Atsuko.a	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Atsuko.a		13:30 ~ 14:30 Back & Spine Chihiro.N	
			15:00 ~ 16:00 Waist Rin.Y				
				14:30 ~ 15:30 Basic Rin.Y			
17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Atsuko.a	17:30 ~ 18:30 Waist Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Chihiro.N	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Atsuko.a		17:30 ~ 18:30 Leg Lines aika.K	17:30 ~ 18:30 Waist aika.K
19:00 ~ 20:00 Release&Strength aika.K	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Atsuko.a	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Atsuko.a				19:00 ~ 20:00 Back & Arm Atsuko.a	19:00 ~ 20:00 Basic Rin.Y
20:30 ~ 21:30 Waist Rin.Y	20:30 ~ 21:30 Pilates Workout aika.K	20:30 ~ 21:30 Basic Rin.Y				20:30 ~ 21:30 Body Balance aika.K	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg aika.K

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Atsuko.a	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Atsuko.a		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Chihiro.N	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Atsuko.a	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout aika.K			12:00 ~ 13:00 Release&Strength aika.K	12:00 ~ 13:00 Basic Rin.Y	
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Chihiro.N	13:30 ~ 14:30 Waist Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Basic aika.K		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Chihiro.N		
		15:00 ~ 16:00 Release&Strength aika.K					
			14:30 ~ 15:30 Leg Lines aika.K				
17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	17:30 ~ 18:30 jump to burn aika.K	17:30 ~ 18:30 Back & Spine Chihiro.N	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Atsuko.a		17:30 ~ 18:30 Waist Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Body Balance aika.K	17:30 ~ 18:30 Back & Spine Chihiro.N
19:00 ~ 20:00 Back & Spine Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Atsuko.a				19:00 ~ 20:00 jump to burn aika.K	19:00 ~ 20:00 Waist Rin.Y	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Chihiro.N
20:30 ~ 21:30 Waist Rin.Y	20:30 ~ 21:30 Release&Strength aika.K				20:30 ~ 21:30 Basic Rin.Y	20:30 ~ 21:30 Leg Lines aika.K	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Atsuko.a

👉：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週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 【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2025/09/12 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Leg Lines aika.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Atsuko.a		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Atsuko.a		10:30 ~ 11:30 Basic aika.K
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Atsuko.a	12:00 ~ 13:00 Basic Rin.Y			12:00 ~ 13:00 Basic Rin.Y	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Chihiro.N		12:00 ~ 13:00 Waist Chihiro.N
13:30 ~ 14:30 Leg Lines Chihiro.N	13:30 ~ 14:30 jump to burn aika.K	12:30 ~ 13:30 Waist Rin.Y		13:30 ~ 14:30 Back & Spine Chihiro.N			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Chihiro.N
	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Atsuko.a						
		14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Atsuko.a					
17:30 ~ 18:30 Basic aika.K	17:30 ~ 18:30 Waist Rin.Y	16:30 ~ 17:30 Basic Rin.Y		17:30 ~ 18:30 Release&Strength aika.K	17:30 ~ 18:30 Leg Lines aika.K	17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Rin.Y
19:00 ~ 20:00 Back & Arm Atsuko.a				19:00 ~ 20:00 Pilates Workout aika.K	19:00 ~ 20:00 Basic Rin.Y	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Atsuko.a	19:00 ~ 20:00 Leg Lines aika.K
20:30 ~ 21:30 Waist aika.K				20:30 ~ 21:30 Pilates Barre Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 Waist aika.K	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Atsuko.a	20:30 ~ 21:30 Basic Rin.Y

pilates K 厚木店 【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

2025/09/12 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Release&Strength aika.K		10:30 ~ 11:30 Waist Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Chihiro.N		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Atsuko.a
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Atsuko.a			12:00 ~ 13:00 Leg Lines Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Rin.Y		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout aika.K
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Rin.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Atsuko.a		13:30 ~ 14:30 Basic Rin.Y			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Atsuko.a
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Chihiro.N						
	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Atsuko.a					
17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	16:30 ~ 17:30 jump to burn aika.K		17:30 ~ 18:30 Back & Arm Atsuko.a	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Atsuko.a	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y
			19:00 ~ 20:00 Pilates Barre Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Atsuko.a	19:00 ~ 20:00 Basic Rin.Y	19:00 ~ 20:00 Body Balance aika.K
			20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Atsuko.a	20:30 ~ 21:30 Basic Rin.Y	20:30 ~ 21:30 Back & Spine Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Rin.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。