

pilates K 倉敷店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2025/10/06 更新	
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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back&Arm		Basic	Hip&Leg	Pilates Barre		Stretch&Conditioning	Advance
Hiromi.S		kana.s	arisa	kana.s		Hiromi.S	arisa
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Basic		Back&Arm	Shape up waist	Waist		Hip&Leg	Back&Arm
kana.s		Hiromi.S	kana.s	Honoka.g		Honoka.g	Hiromi.S
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
		Pilates Barre	Body Balance	Hip&Leg		Back&Arm	
		kana.s	arisa	kana.s		Hiromi.S	
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			Pilates Barre	Basic			
			kana.s	Honoka.g			
			17:30 ~ 18:30				
			Waist				
			arisa				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Stretch&Conditioning	Hip&Leg	Waist				Waist	Hip&Leg
Hiromi.S	arisa	arisa				Honoka.g	Honoka.g
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Hip&Leg	Back&Arm	Stretch&Conditioning				Pilates Barre	Basic
Arice.M	Hiromi.S	Hiromi.S				kana.s	Honoka.g
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Waist	Pilates Barre	Advance				Basic	Shape up waist
kana.s	arisa	arisa				kana.s	kana.s

pilates K 倉敷店		【 10/09 ~ 10/16 】		スケジュール		2025/10/05 更新	
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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	Hip&Leg	Basic	Body Balance		Waist	Back&Arm	
	Honoka.g	Honoka.g	arisa		kana.s	Hiromi.S	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Body Balance	Waist	Hip&Leg		Back&Arm	Advance	
	arisa	Honoka.g	kana.s		Hiromi.S	arisa	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
	Waist	Shape up waist	Basic		Stretch&Conditioning		
	Honoka.g	kana.s	arisa		Hiromi.S		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Back&Arm	Pilates Barre				
		Hiromi.S	kana.s				
		17:30 ~ 18:30					
		Body Balance					
		Honoka.g					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Advance	Stretch&Conditioning				Shape up waist	Basic	Hip&Leg
arisa	Hiromi.S				kana.s	kana.s	Honoka.g
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Hip&Leg	Pilates Barre				Hip&Leg	Waist	Basic
kana.s	arisa				Honoka.g	Honoka.g	Honoka.g
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Basic	Back&Arm				Basic	Body Balance	Pilates Barre
arisa	Hiromi.S				Honoka.g	Honoka.g	kana.s

・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 倉敷店

【 10/17 ~ 10/24 】

スケジュール

2025/10/05

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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Body Balance	Back&Arm	Hip&Leg		Stretch&Conditioning	Waist		Basic
Honoka.g	Hiromi.S	kana.s		Hiromi.S	arisa		Honoka.g
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Advance	Basic	Stretch&Conditioning		Pilates Barre	Hip&Leg		Waist
arisa	kana.s	Hiromi.S		kana.s	kana.s		RINA.O
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Basic	Stretch&Conditioning	Shape up waist		Back&Arm			Pilates Barre
Honoka.g	Hiromi.S	kana.s		Hiromi.S			kana.s
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Hip&Leg	Back&Arm					
	kana.s	Hiromi.S					
	17:30 ~ 18:30						
	Shape up waist						
	kana.s						
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Stretch&Conditioning				Basic	Back&Arm	Basic	Body Balance
Hiromi.S				arisa	Hiromi.S	arisa	arisa
19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Hip&Leg				Body Balance	Basic	Back&Arm	Basic
arisa				arisa	arisa	Hiromi.S	arisa
20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Back&Arm				Waist	Advance	Shape up waist	Hip&Leg
Hiromi.S				kana.s	arisa	arisa	Honoka.g

pilates K 倉敷店

【 10/25 ~ 10/31 】

スケジュール

2025/10/05

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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Shape up waist	Basic		Waist	Advance		Pilates Barre
kana.s	Honoka.g		RINA.O	arisa		arisa
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back&Arm	Stretch&Conditioning		Back&Arm	Waist		Basic
Hiromi.S	Hiromi.S		Hiromi.S	kana.s		Honoka.g
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Basic	Body Balance		Basic			Hip&Leg
kana.s	Honoka.g		Honoka.g			arisa
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Stretch&Conditioning	Back&Arm					
Hiromi.S	Hiromi.S					
17:30 ~ 18:30						
Waist						
RINA.O						
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
			Hip&Leg	Basic	Back&Arm	Waist
			kana.s	arisa	Hiromi.S	RINA.O
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
			Stretch&Conditioning	Body Balance	Pilates Barre	Back&Arm
			Hiromi.S	Honoka.g	arisa	Hiromi.S
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
			Shape up waist	Hip&Leg	Waist	Body Balance
			kana.s	Honoka.g	RINA.O	Honoka.g

: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週間前迄にお願しております。

・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは受講料が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。