

pilates K 相模大野店		【	11/01	～	11/08	】	スケジュール		2025/10/28	更新
11/01	11/02		11/03		11/04		11/05		11/06	
土	日		月		火		水		木	
10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	close			10:30 ～ 11:30		10:30 ～ 11:30			10:30 ～ 11:30
Hip&Leg	Basic		Hip&Leg	Back & Arm		Basic	Pilates Barre			
Kotono.E	suzuka.N		Kotono.E	Maari		Kotono.E	Haru			
12:00 ～ 13:00	12:30 ～ 13:30		12:00 ～ 13:00	12:30 ～ 13:30		12:00 ～ 13:00	12:00 ～ 13:00			
Waist	Hip&Leg		Pilates Barre	Basic		Waist	Basic			
suzuka.N	Maari		Haru	Kotono.E		suzuka.N	ayumi.o			
13:30 ～ 14:30	14:30 ～ 15:30		13:30 ～ 14:30			13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30			
Basic	Waist		Release&Strength			Back & Arm	Hip&Leg			
Kotono.E	suzuka.N		Kotono.E			Kotono.E	Haru			
15:00 ～ 16:00	16:30 ～ 17:30						15:00 ～ 16:00			
Stretch & Conditioning	Back & Arm						Waist			
suzuka.N	Maari						ayumi.o			
17:30 ～ 18:30							17:30 ～ 18:30			
Back & Arm							Basic			
Kotono.E							suzuka.N			
						18:00 ～ 19:00				
						Hip & Leg	Waist			
						Elliy	ayumi.o			
					19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30				
					Basic	Release&Strength				
					Elliy	Kotono.E				
					21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00				
					Back & Arm	Basic				
					Elliy	ayumi.o				
						21:00 ～ 22:00				
						Pilates Barre				
						Stretch & Conditioning				
						ayumi.o				

pilates K 相模大野店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2025/10/26 更新		
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back&Arm		Basic	Release&Strength		Pilates Barre	Basic	Release&Strength	
Kotono.E		Kotono.E	yun		Elly	Kotono.E	Kotono.E	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Stretch&Conditioning		Back&Arm	Pilates Barre		Basic	Waist	Basic	
Maari		Kotono.E	yun		Elly	未確定	未確定	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic		Pilates Barre			Hip&Leg	Back&Arm	Hip&Leg	
Kotono.E		Haru			Maari	Kotono.E	Kotono.E	
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Hip&Leg							Basic	Waist
Maari							未確定	未確定
							17:30 ~ 18:30	
							Hip&Leg	
							Kotono.E	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Basic	Back&Arm	Waist	Release&Strength			
		ayumi.o	Kotono.E	ayumi.o	Kotono.E			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Release&Strength	Basic	Stretch&Conditioning	Hip&Leg				
	Kotono.E	ayumi.o	Maari	Maari				
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Waist	Hip&Leg	Basic	Back&Arm				
	ayumi.o	Kotono.E	ayumi.o	Kotono.E				

・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 相模大野店 【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2025/10/26 更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	
月	火	水	木	金	土	日	月	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
Hip & Leg	Back & Arm			Basic	Back & Arm	Waist		
Kotono.E	Elliy			ayumi.o	Kotono.E	Chihiro.K		
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Basic	Hip & Leg			Back & Arm	Stretch & Conditioning	Basic		
suzuka.N	Elliy			Kotono.E	ayumi.o	suzuka.N		
close	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Waist			Release&Strength	Hip & Leg	Waist		
	ayumi.o			Kotono.E	Kotono.E	Chihiro.K		
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Basic		Stretch & Conditioning
						ayumi.o		suzuka.N
17:30 ~ 18:30								
	Waist							
	Chihiro.K							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	Waist			
ayumi.o	yume			Chihiro.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	Hip & Leg			
Kotono.E	ayumi.o			YUKA.I				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	Waist			
Basic	Release&Strength	Chihiro.K						
ayumi.o	yume							

pilates K 相模大野店 【 11/25 ~ 11/30 】 スケジュール

2025/10/26 更新

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic	Waist		Hip&Leg	Waist	Basic
ayumi.o	Chihiro.K		Kotono.E	Chihiro.K	ayumi.o
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Pilates Barre	Basic		Waist	Basic	Hip&Leg
Haru	ayumi.o		Chihiro.K	ayumi.o	Kotono.E
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Stretch&Conditioning			Back&Arm	Hip&Leg	Waist
ayumi.o			Kotono.E	Kotono.E	ayumi.o
close				close	15:00 ~ 16:00
		Basic			Release&Strength
		ayumi.o			Kotono.E
		17:30 ~ 18:30			
Kotono.E					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Hip&Leg	Waist	Back&Arm	Basic		
Sae	Chihiro.K	Kotono.E	ayumi.o		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back&Arm	Release&Strength	Basic	Pilates Barre		
Elliy	yun	ayumi.o	yun		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic	Pilates Barre	Hip&Leg	Waist		
Elliy	yun	Kotono.E	ayumi.o		

・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週間前迄にお願いたします。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは尚可能となります。
※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。