

pilates K 厚木店

【 11/01 ~ 11/08 】 スケジュール

2025/10/14

更新

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

pilates K 厚木店

【 11/09 ~ 11/16 】 スケジュール

2025/10/14

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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg		Basic	Back & Spine		jump to burn	Leg Lines	Pilates Barre
Chihiro.N		Rin.Y	Chihiro.N		aika.K	aika.K	Chihiro.N
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
		Leg Lines	Hip & Leg		Body Balance	Back & Arm	
		Chihiro.N	Atsuko.a		aika.K	Atsuko.a	
12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30
Stretch & Conditioning		Waist			Back & Arm	Basic	Waist
Rin.Y		Rin.Y			Atsuko.a	Rin.Y	Rin.Y
						15:00 ~ 16:00	
						Pilates Workout	
						aika.K	
14:30 ~ 15:30							14:30 ~ 15:30
Pilates Barre							Basic
Chihiro.N							Rin.Y
16:30 ~ 17:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30
Basic		Back & Arm	Waist	Basic	Hip & Leg	Waist	Back & Spine
Rin.Y		Atsuko.a	aika.K	Rin.Y	Atsuko.a	Rin.Y	Chihiro.N
		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
		Pilates Barre	Basic	Pilates Workout	Back & Spine		
		Chihiro.N	Rin.Y	aika.K	Chihiro.N		
		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
		Hip & Leg	Body Balance	Waist	Leg Lines		
		Atsuko.a	aika.K	Rin.Y	Chihiro.N		

🟢：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。

pilates K 厚木店

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2025/10/14 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 🌱	jump to burn	Waist 🌱	
Atsuko.a	Atsuko.a			Rin.Y	aika.K	Chihiro.N	
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Back & Spine	Stretch & Conditioning 🌱			Hip & Leg 🌱	Stretch & Conditioning 🌱		
Chihiro.N	Rin.Y			Atsuko.a	Rin.Y		
	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30	
	Hip & Leg 🌱			Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	
	Atsuko.a			Rin.Y	aika.K	aika.K	
					15:00 ~ 16:00		
					Waist 🌱		
					Rin.Y		
						14:30 ~ 15:30	
						Back & Spine	
						Chihiro.N	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30	
Basic 🌱	Pilates Barre			Back & Arm 🌱	Release&Strength	Body Balance	
aika.K	Chihiro.N			Atsuko.a	aika.K	aika.K	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00			
Leg Lines	Waist 🌱			Basic 🌱			
Chihiro.N	Rin.Y			aika.K			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30			
Release&Strength	Back & Spine			Pilates Workout			
aika.K	Chihiro.N			aika.K			

pilates K 厚木店

【 11/25 ~ 】 スケジュール

2025/10/14 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
Release&Strength	Pilates Barre		Back & Spine	Back & Arm 🌱	Release&Strength
Rin.Y	Chihiro.N		Chihiro.N	Chihiro.N	Rin.Y
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Body Balance	Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Leg Lines	
aika.K	Atsuko.a		Chihiro.N	aika.K	
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30
Basic 🌱			Hip & Leg 🌱	Back & Spine	Pilates Workout
Rin.Y			Atsuko.a	Chihiro.N	aika.K
				15:00 ~ 16:00	
				Basic 🌱	
				aika.K	
					14:30 ~ 15:30
					Back & Arm 🌱
					Atsuko.a
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30
jump to burn	Hip & Leg 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Pilates Barre
aika.K	aika.K	Chihiro.N	aika.K	Chihiro.N	Chihiro.N
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Spine	Back & Arm 🌱		
Atsuko.a	Rin.Y	Chihiro.N	Atsuko.a		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Back & Arm 🌱	Leg Lines	Basic 🌱	Waist 🌱		
Atsuko.a	aika.K	Rin.Y	aika.K		

🌱 : 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。