

pilates K 国分寺店		【 11/01 ~ 11/08 】	スケジュール		2025/10/15 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿		Pilates Cardio	Basic 🌿		Pilates Barre	Advance	
Moe.S	Rei.U		Shiori	miyu.s		Shiori	Hitomi	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌿	Pilates Cardio		Release&Strength	Hip & Leg 🌿		Body Balance	Basic 🌿	
未確定	Camila.K		Shiori	Camila.K		Shiori	miyu.s	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Body Balance	Leg Lines		Waist 🌿			Hip & Leg 🌿	Release&Strength	
Camila.K	Hitomi		miyu.s			Rei.U	Rei.U	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Basic 🌿	Back & Arm 🌿							Shape up waist
miyu.s	Camila.K							Hitomi
close	close							close
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30
Pilates Cardio								Hip & Leg 🌿
Camila.K								Rei.U
close								close
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
	Advance		Pilates Barre	Back & Arm 🌿	Leg Lines			
	Hitomi		未確定	Moe.S	Hitomi			
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿			
	Rei.U		Moe.S	miyu.s	Rei.U			
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Leg Lines	Release&Strength		Waist 🌿	jump to burn				
Hitomi	Rei.U		miyu.s	Hitomi				

pilates K 国分寺店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2025/10/15 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	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	
Pilates Cardio	Advance	Basic 🍌	Release&Strength		Body Balance	Pilates Barre	Shape up waist	
Camila.K	Hitomi	Rei.U	Shiori		Shiori	未確定	Hitomi	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back & Arm 🍌	jump to burn	Hip & Leg 🍌	Pilates Barre		Release&Strength	Back & Arm 🍌	Body Balance	
Moe.S	Hitomi	Rei.U	Shiori		Shiori	Moe.S	Camila.K	
14:30 ~ 15:30	close	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Shape up waist		Stretch & Conditioning 🍌			Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	
Hitomi		Moe.S			Moe.S	Rei.U	miyu.s	
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Basic 🍌							Advance	Leg Lines
Camila.K							Hitomi	Hitomi
close							close	close
							17:30 ~ 18:30	
							Back & Arm 🍌	
							Moe.S	
	close		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	
		Body Balance	Pilates Cardio	Back & Arm 🍌	Shape up waist	Basic 🍌		
		Shiori	Camila.K	Moe.S	Hitomi	miyu.s		
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Pilates Barre		Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌	jump to burn	Leg Lines			
Shiori		Moe.S	Rei.U	Hitomi	Hitomi			
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic 🍌	Body Balance	Advance	Basic 🍌	Waist 🍌				
miyu.s	Camila.K	Hitomi	Rei.U	miyu.s				

：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 国分寺店

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2025/10/15 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🌿	Pilates Barre	Waist 🌿		Basic 🌿	Leg Lines	Pilates Barre	Basic 🌿
Rei.U	Shiori	Camila.K		miyu.s	未確定	Shiori	未確定
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00
Basic 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Release&Strength	Hip & Leg 🌿
Rei.U	Shiori	Moe.S		未確定	Camila.K	Shiori	未確定
close	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30
	Hip & Leg 🌿			Pilates Cardio	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre
	Camila.K			Camila.K	未確定	Camila.K	未確定
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00
					Pilates Barre	Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿
					未確定	miyu.s	Moe.S
					close	close	close
	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30			
	Pilates Cardio			Waist 🌿			
	Camila.K			miyu.s			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close
Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Leg Lines	Pilates Barre		
Moe.S	miyu.s	miyu.s		未確定	未確定		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿	Waist 🌿			
未確定	miyu.s	Camila.K	Rei.U	Camila.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Body Balance	Hip & Leg 🌿			
miyu.s	Moe.S	miyu.s	Camila.K	Rei.U			

pilates K 国分寺店

【 11/25 ~ 11/30 】 スケジュール

2025/10/15 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Pilates Cardio	Basic 🌿	Waist 🌿	
Moe.S	miyu.s		Shiori	未確定	Camila.K	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic 🌿	Waist 🌿		Release&Strength	Pilates Cardio	Leg Lines	
未確定	Rei.U		Shiori	Camila.K	未確定	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Pilates Barre			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	
未確定			未確定	未確定	miyu.s	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
					Back & Arm 🌿	Release&Strength
					Moe.S	Rei.U
					close	close
					17:30 ~ 18:30	
					Basic 🌿	
miyu.s			close			
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic 🌿				Release&Strength	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿
Camila.K				Shiori	未確定	未確定
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
Back & Arm 🌿	Pilates Barre	Body Balance		Basic 🌿		
Rei.U	Shiori	未確定	Camila.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close		
Pilates Cardio	Basic 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	Waist 🌿			
Camila.K	未確定	Moe.S	miyu.s			

🌿 : 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時間前を切つての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。