

pilatesK 相模大野店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール						2025/11/15 更新	
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		
	Stretch&Conditioning	Basic		Hip&Leg	Basic	Pilates Barre			
	ayumi.o	ayumi.o		Atsuko.a	ayumi.o	Miki.N			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Hip&Leg	Waist spXmas		Basic	Back&Arm	Waist spXmas			
	Miki.N	ayumi.o		Miki.N	Kotono.E	ayumi.o			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Basic			Back&Arm	Basic	Hip&Leg			
	ayumi.o			Atsuko.a	ayumi.o	Miki.N			
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
						Waist spXmas		Basic	
						インストラクター未確定		ayumi.o	
						17:30 ~ 18:30		close	
									Hip&Leg
									Kotono.E
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	close
	Back&Arm	Hip&Leg		Basic	Pilates Barre				
	Kotono.E	Kotono.E		ayumi.o	Miki.N				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Pilates Barre	Basic	Release&Strength	Basic						
Miki.N	Towa.s	Elliy	Miki.N						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Hip&Leg	Release&Strength	Back&Arm	Waist spXmas						
Kotono.E	Kotono.E	Elliy	インストラクター未確定						

pilatesK 相模大野店		【 12/09 ~ 12/16 】 スケジュール													
12/09		12/10		12/11		12/12		12/13		12/14		12/15		12/16	
火		水		木		金		土		日		月		火	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Basic		Stretch&Conditioning				Release&Strength		Pilates Barre		Basic				Back&Arm	
Miki.N		ayumi.o				yun		Miki.N		ayumi.o				Atsuko.a	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Back&Arm		Basic				Waist spXmas インストラクター未確定		Stretch & Conditioning		Back&Arm				Basic	
Kotono.E		Kotono.E				ayumi.o		Kotono.E		Miki.N					
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Pilates Barre						Basic		Waist spXmas		Basic				Hip&Leg	
Miki.N						ayumi.o		Miki.N		ayumi.o				Atsuko.a	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Basic				Release&Strength							
				ayumi.o				Kotono.E							
				17:30 ~ 18:30											
				Waist spXmas											
ayumi.o				close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
Hip&Leg						Basic		Waist spXmas		Stretch & Conditioning		Pilates Barre			
Elliy		Miki.N				インストラクター未確定		ayumi.o		Miki.N					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Back&Arm		Waist spXmas				Basic		Waist spXmas		Hip&Leg					
Kotono.E		インストラクター未確定		ayumi.o		インストラクター未確定		Miki.N							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		close		21:00 ~ 22:00					
Release&Strength		Hip&Leg		Stretch & Conditioning		Basic				Waist spXmas					
Elliy		Miki.N		ayumi.o		ayumi.o				インストラクター未確定					

・体験可能レッスン
 ・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。

pilatesK 相模大野店		【 12/17 ~ 12/24 】				スケジュール		2025/11/15 更新						
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24							
水	木	金	土	日	月	火	水							
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Basic		Hip & Leg	Back & Arm	Release & Strength		Hip & Leg	Pilates Barre							
Miki.N		Kotono.E	Kotono.E	Kotono.E		Kotono.E	Miki.N							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30							
Waist spXmas		Pilates Barre	Basic	Waist spXmas		Waist spXmas	Back & Arm							
ayumi.o		Miki.N	ayumi.o	インストラクター未確定		インストラクター未確定	Kotono.E							
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	close	close					
		Back & Arm	Hip & Leg	Pilates Barre		Basic								
		Kotono.E	Kotono.E	Miki.N		Kotono.E								
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close								
			Waist spXmas	Back & Arm										
			インストラクター未確定	Kotono.E										
			17:30 ~ 18:30											
		Basic												
		ayumi.o												
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close				close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Release & Strength	Hip & Leg	Basic							Waist spXmas	Basic		
Kotono.E	Miki.N	ayumi.o	インストラクター未確定	ayumi.o										
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30										
Basic	Waist spXmas	Stretch & Conditioning	Pilates Barre	Waist spXmas										
ayumi.o	インストラクター未確定	ayumi.o	Ellly	インストラクター未確定										
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										
Back & Arm	Pilates Barre	Hip & Leg	Back & Arm	Hip & Leg										
Kotono.E	Miki.N	Miki.N			Ellly	ayumi.o								

pilatesK 相模大野店		【 12/25 ~ 12/31 】				スケジュール	
12/25	12/26	12/27	12/28		12/29	12/30	12/31
木	金	土	日		月	火	水
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		close	close	close
	Back&Arm	Hip&Leg	Basic				
	Kotono.E	Miki.N	ayumi.o				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
	Hip&Leg	Back&Arm	Pilates Cardio				
	ayumi.o	Kotono.E	Miki.N				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30	~ 15:30			
	Release&Strength	Pilates Barre	Waist				
	Kotono.E	Miki.N	インストラクター未確定				
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Basic	Stretch & Conditioning				
		Kotono.E	ayumi.o				
		17:30 ~ 18:30	close				
		Waist					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close					
Stretch & Conditioning	Waist						
ayumi.o	インストラクター未確定						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Pilates Cardio	Basic						
Miki.N	ayumi.o	close					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Basic	Waist						
ayumi.o	インストラクター未確定						

・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週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時間1時間前迄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。