


pilatesK 厚木店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール						2025/12/06 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 Basic 🌟 Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌟 Atsuko.a	close	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Basic 🌟 Rin.Y	close			
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌟 Atsuko.a	12:30 ~ 13:30 Body Balance aika.K		12:00 ~ 13:00 Basic 🌟 aika.K	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout aika.K					
	13:30 ~ 14:30 Waist spXmas Rin.Y	close		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Rin.Y	13:30 ~ 14:30 Basic 🌟 Rin.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌟 Chihiro.N				
	close			close	15:00 ~ 16:00 Waist spXmas Chihiro.N	close		14:30 ~ 15:30 Leg Lines Chihiro.N		

pilatesK 厚木店		【 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	
Hip & Leg 🌟	Basic 🌟		jump to burn	Waist spXmas	Back & Arm 🌟		Stretch & Conditioning 🌟	
Atsuko.a	Rin.Y		aika.K	Rin.Y	Atsuko.a		Rin.Y	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	
Release&Strength	Back & Spine		Leg Lines	Hip & Leg 🌟			Pilates Workout	
aika.K	Chihiro.N		Chihiro.N	Chihiro.N			aika.K	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌟			Basic 🌟	Pilates Barre	Release&Strength		Basic 🌟	
Atsuko.a			aika.K	Chihiro.N	Rin.Y		Rin.Y	
close			close	close	15:00 ~ 16:00			close
					Basic 🌟			
					Rin.Y			
					14:30 ~ 15:30			
					Hip & Leg 🌟			
					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	close	17:30 ~ 18:30
Stretch & Conditioning 🌟	Hip & Leg 🌟	Pilates Barre	Waist spXmas	Leg Lines	Basic 🌟	Hip & Leg 🌟		
Rin.Y	Atsuko.a	Chihiro.N	Chihiro.N	Chihiro.N	Rin.Y	未定		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00		
Basic 🌟	Body Balance	Waist spXmas	Back & Spine			Back & Arm 🌟		
aika.K	aika.K	Chihiro.N	Chihiro.N			Atsuko.a		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					20:30 ~ 21:30
Waist spXmas	Back & Arm 🌟	Pilates Workout	Basic 🌟					Basic 🌟
Rin.Y	Atsuko.a	aika.K	U.					未定

🌟：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。

pilatesK 厚木店		【 12/17 ~ 12/24 】				スケジュール		2025/12/06	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		
Back & Arm		Basic	Hip & Leg	Waist spXmas		Back & Arm	Waist spXmas		
Atsuko.a		aika.K	Chihiro.N	aika.K		Atsuko.a	Atsuko.a		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Basic	close	Release&Strength	Waist spXmas		close	Pilates Barre	Stretch & Conditioning		
Rin.Y		Rin.Y	Atsuko.a			Chihiro.N	Chihiro.N		
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30			
		Waist spXmas	jump to burn	Basic		Hip & Leg			
		aika.K	aika.K	Rin.Y		Atsuko.a			
		close	15:00 ~ 16:00						
			Back & Spine						
			Chihiro.N						
				14:30 ~ 15:30					
				Body Balance					
				aika.K					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Waist spXmas	Back & Arm	Pilates Barre	Basic	Release&Strength		Basic	Pilates Workout		
Rin.Y	Atsuko.a	Chihiro.N	aika.K	Rin.Y		Rin.Y	aika.K		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
jump to burn	Basic	Leg Lines				Shape up waist	Basic		
Minami	Rin.Y	Chihiro.N				Chihiro.N	Rin.Y		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Stretch & Conditioning	Release&Strength	Back & Arm				Stretch & Conditioning	Leg Lines		
Minami	Rin.Y	Atsuko.a				Rin.Y	aika.K		

pilatesK 厚木店		【 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	
	Shape up waist	Back & Arm	Pilates Barre				
	Chihiro.N	Atsuko.a	Chihiro.N				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
	Body Balance	Leg Lines					
	aika.K	aika.K					
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30				
	Back & Arm	Basic	Hip & Leg				
	Chihiro.N	Rin.Y	Atsuko.a				
		15:00 ~ 16:00					
		Hip & Leg					
		Atsuko.a					
		close	14:30 ~ 15:30				
			Basic				
			Rin.Y				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30				
Back & Spine	jump to burn	Release&Strength	Pilates Workout				
Chihiro.N	aika.K	aika.K	aika.K				
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						
Waist spXmas	Release&Strength						
Atsuko.a	Rin.Y						
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
Pilates Barre	Waist						
Chihiro.N	Rin.Y						

 : 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。