

pilatesK ムパ°太田川店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール						2025/12/14 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 🌿 minami.T	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Monami.O	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio momoka.S	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 YURIE.H	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre YURIE.H	close								
	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre YURIE.H	12:30 ~ 13:30 Waist spXmas 🌿 minami.T		12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 minami.T	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Rise.H	12:30 ~ 13:30 Waist spXmas 🌿 minami.T									
	13:30 ~ 14:30 Waist spXmas 🌿 minami.T	close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌿 momoka.S	13:30 ~ 14:30 Waist spXmas 🌿 YURIE.H	14:30 ~ 15:30 Basic 🌿 YURIE.H									
	close			close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🌿 Rise.H	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning 🌿 minami.T									
					close	close									
										18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌿 momoka.S	18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 minami.T	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌿 momoka.S	18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 YURIE.H	close	
19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 YURIE.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🌿 momoka.S	19:30 ~ 20:30 Waist spXmas 🌿 minami.T	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre YURIE.H												
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio momoka.S	21:00 ~ 22:00 Shape up waist momoka.S	21:00 ~ 22:00 Basic 🌿 minami.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌿 momoka.S												

pilatesK ｽﾏﾙﾄﾞ太田川店		【 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	
Waist spXmas 🌿	Basic 🌿		Pilates Barre	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Pilates Cardio	
minami.T	minami.T		YURIE.H	Riko.S	minami.T		momoka.S	
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 🌿	Pilates Barre		Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Release&Strength	
YURIE.H	YURIE.H		minami.T	YURIE.H	momoka.S		YURIE.H	
13:30 ～ 14:30	close		13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30	14:30 ～ 15:30		13:30 ～ 14:30	
Stretch & Conditioning 🌿			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist spXmas 🌿		Back & Arm 🌿	
minami.T			minami.T	Riko.S	minami.T		momoka.S	
close			close	close	15:00 ～ 16:00		16:30 ～ 17:30	close
					Pilates Barre		Pilates Cardio	
					YURIE.H		momoka.S	
					close		close	
					17:30 ～ 18:30			
18:00 ～ 19:00			18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00		close	18:00 ～ 19:00
Shape up waist		Hip & Leg 🌿	Pilates Barre	Waist spXmas 🌿	Basic 🌿			
Natsume	momoka.S	YURIE.H	YURIE.H	YURIE.H				
19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30	close	19:30 ～ 20:30			
Release&Strength	Waist spXmas 🌿	Basic 🌿	Release&Strength		Waist spXmas 🌿			
YURIE.H	minami.T	momoka.S	YURIE.H		minami.T			
21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00		21:00 ～ 22:00			
Back & Arm 🌿	Pilates Cardio	Shape up waist	Basic 🌿		Basic 🌿			
Natsume	momoka.S	momoka.S	Madoka	minami.T				

🌿：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。

pilatesK ラパ[®]太田川店

【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール

2025/12/14 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
Hip & Leg 🍃		Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Pilates Cardio		Basic 🍃	Release&Strength
momoka.S		minami.T	momoka.S	momoka.S		Mio.K	YURIE.H
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Basic 🍃		Waist spXmas 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Back & Arm 🍃		Hip & Leg 🍃	Back & Arm 🍃
Mami.I		YURIE.H	minami.T	momoka.S		Mio.K	Mio.K
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Pilates Barre	Back & Arm 🍃	Basic 🍃		Shape up waist	
		YURIE.H	momoka.S	Mio.K		momoka.S	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
			Basic 🍃	Waist spXmas 🍃			
			minami.T	minami.T			
			close				
		17:30 ~ 18:30					
		Shape up waist					
		momoka.S					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Shape up waist	Waist spXmas 🍃	Basic 🍃				Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃
momoka.S	minami.T	minami.T				momoka.S	momoka.S
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Pilates Cardio				Stretch & Conditioning 🍃	Basic 🍃
minami.T	minami.T	momoka.S				minami.T	minami.T
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Back & Arm 🍃	Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃				Waist spXmas 🍃	Shape up waist
momoka.S	YURIE.H	minami.T			minami.T	momoka.S	

pilatesK ラパ[®]太田川店

【 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
	Waist 🌿	Pilates Barre	Basic 🌿			
	YURIE.H	YURIE.H	YURIE.H			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Release&Strength	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			
	YURIE.H	minami.T	momoka.S			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Basic 🌿	Release&Strength	Back & Arm 🌿			
	Madoka	YURIE.H	momoka.S			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Waist 🌿	Shape up waist			
		minami.T	momoka.S			
		close				
		17:30 ~ 18:30				
	Basic 🌿					
	YURIE.H					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close		
Basic 🌿	Pilates Barre					
momoka.S	YURIE.H					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Waist spXmas 🌿	Hip & Leg 🌿					
minami.T	momoka.S					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Hip & Leg 🌿	Pilates Cardio					
momoka.S	momoka.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。