

pilatesK 国分寺店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール						2025/11/17 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	close	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				
		Pilates Barre		Body Balance	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Pilates Cardio					
		Shiori		Shiori	miyu.s	miyu.s	Shiori					
		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
		Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱	Waist spXmas 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Waist spXmas 🌱					
		Shiori		Shiori	miyu.s	Moe.S	Shiori					
		close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	close				
				Stretch & Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Waist spXmas 🌱						
				Camila.K	Moe.S	miyu.s						
				close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close					
					Pilates Cardio	Back & Arm 🌱						
					Camila.K	Moe.S						
					close							
					17:30 ~ 18:30							
					Basic 🌱							
				miyu.s								
				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close	close	18:00 ~ 19:00	
				Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist spXmas 🌱					Release&Strength	
		Moe.S		miyu.s	Camila.K	Rei.U						
		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
		Basic 🌱		Waist spXmas 🌱	Pilates Cardio	Back & Arm 🌱						
		Rei.U		miyu.s	Camila.K	Moe.S						
		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
		Leg Lines		Pilates Barre	Basic 🌱	Pilates Barre						
		Rei.U		Rei.U	miyu.s	Rei.U						

pilatesK 国分寺店		【 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		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Release&Strength		Back & Arm 🌱			Leg Lines		Stretch & Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱		Waist spXmas 🌱		Back & Arm 🌱			
Shiori		Moe.S			Rei.U		Moe.S		Moe.S		miyu.s		Rei.U			
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00			
Pilates Barre		Leg Lines			Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱		Basic 🌱		Release&Strength		Basic 🌱			
Shiori		Rei.U			Camila.K		Rei.U		Rei.U		Rei.U		miyu.s			
13:30 ~ 14:30		close	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30				
Basic 🌱			Waist spXmas 🌱		Basic 🌱		Leg Lines		Leg Lines							
Rei.U			Camila.K		Rei.U		Rei.U		Rei.U							
close	close		close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		close	close						
				Back & Arm 🌱		Stretch & Conditioning 🌱										
				Moe.S		Moe.S										
				close		close										
				17:30 ~ 18:30		Pilates Barre										
Rei.U			close		close		close		close			close				
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close	close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		
Leg Lines		Pilates Cardio		Basic 🌱		Hip & Leg 🌱		Basic 🌱			Waist spXmas 🌱					
Rei.U		Camila.K		Camila.K		miyu.s		Camila.K			Camila.K					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30					
Stretch & Conditioning 🌱		Waist spXmas 🌱		Pilates Cardio		Basic 🌱		Pilates Barre			Hip & Leg 🌱					
Moe.S		miyu.s		Camila.K		Camila.K		Rei.U			miyu.s					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		close			close	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
Back & Arm 🌱		Basic 🌱		Hip & Leg 🌱		Body Balance			Body Balance			Pilates Cardio				
Moe.S		Camila.K		miyu.s		未確定			Camila.K			Camila.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 国分寺店		【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール						2025/11/17 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Pilates Barre		Pilates Cardio	Waist spXmas 🌱	Basic 🌱	Pilates Barre	Body Balance	Shape up waist			
Shiori		Shiori	miyu.s	Shiori	Shiori	Shiori	未確定			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Pilates Cardio		Release&Strength	Back & Arm 🌱	Pilates Barre	Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱			
Shiori		Shiori	Rei.U	Shiori	Shiori	Shiori	miyu.s			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	close	13:30 ~ 14:30	close			
		Basic 🌱	Body Balance	Waist spXmas 🌱		Release&Strength				
		miyu.s	未確定	Camila.K		Rei.U				
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close				
			Leg Lines	Pilates Cardio						
			Rei.U	Camila.K						
			close							
			17:30 ~ 18:30							
		miyu.s								
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Basic 🌱	Pilates Cardio	Back & Arm 🌱				Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist spXmas 🌱
		未確定	Camila.K	Rei.U				Moe.S	Rei.U	Rei.U
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Body Balance	Back & Arm 🌱	Waist spXmas 🌱	Waist spXmas 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱					
Camila.K	Moe.S	miyu.s	miyu.s	Rei.U	Moe.S					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Leg Lines	Basic 🌱	Waist spXmas 🌱	Pilates Barre					
Moe.S	未確定	Rei.U	未確定	miyu.s	Rei.U					

pilatesK 国分寺店		【 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	10:30 ~ 11:30	close	close	
	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio	Shape up waist			
	未確定	miyu.s	Camila.K	未確定			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			
	Leg Lines	Shape up waist	Basic 🌱	Release&Strength			
	Rei.U	未確定	未確定	Rei.U			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30			
	Pilates Barre	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱			
	Rei.U	miyu.s	Moe.S	Moe.S			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
		Pilates Cardio	Shape up waist	Leg Lines			
		Camila.K	未確定	Rei.U			
		close	close	close			
		17:30 ~ 18:30					
	Body Balance						
	未確定						
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
	Leg Lines	Waist 🌱					
	Rei.U	miyu.s					
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Stretch & Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱						
Moe.S	miyu.s						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Waist spXmas 🌱	Back & Arm 🌱						
Rei.U	Moe.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。