

pilatesK 国分寺店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール						2025/11/13 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	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			
					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	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	
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	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
					Back & Arm 🌱		Stretch & Conditioning 🌱	
					Moe.S		Moe.S	
					close			
					17:30 ~ 18:30			
		Pilates Barre						
Rei.U								
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			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						2025/11/13 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					
	17:30 ~ 18:30							
	Basic 🍃							
	miyu.s							
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		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	close	close			close
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。