

pilatesK 屯田		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール					2025/11/20 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 🌱 Mizuki.S	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas 🌱 miyuu.H		10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Mizuki.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🌱 Asuka.K	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas 🌱 Akari.S	close
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌱 Asuka.K	12:30 ~ 13:30 Basic 🌱 Mizuki.S		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌱 Mizuki.S	12:00 ~ 13:00 Waist spXmas 🌱 miyuu.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌱 Asuka.K	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌱 Mizuki.S			13:30 ~ 14:30 Waist spXmas 🌱 Akari.S	13:30 ~ 14:30 Waist spXmas 🌱 Akari.S	14:30 ~ 15:30 Basic 🌱 Asuka.K	
					15:00 ~ 16:00 Basic 🌱 Asuka.K	16:30 ~ 17:30 Waist spXmas 🌱 Akari.S	
					17:30 ~ 18:30 Waist 🌱 miyuu.H		
	17:30 ~ 18:30 Waist spXmas 🌱 miyuu.H	17:30 ~ 18:30 Waist 🌱 Akari.S	17:30 ~ 18:30 Basic 🌱 Asuka.K	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🌱 Asuka.K			
	19:00 ~ 20:00 Basic 🌱 Asuka.K	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🌱 Mizuki.S	19:00 ~ 20:00 Waist spXmas 🌱 miyuu.H	19:00 ~ 20:00 Waist spXmas 🌱 miyuu.H			
	20:30 ~ 21:30 Waist spXmas 🌱 miyuu.H	20:30 ~ 21:30 Waist spXmas 🌱 Akari.S	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🌱 Asuka.K	20:30 ~ 21:30 Basic 🌱 Asuka.K			

pilatesK 屯田		【 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 Waist spXmas 🌱 Akari.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌱 Asuka.K		10:30 ~ 11:30 Waist spXmas 🌱 miyuu.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 miyuu.H	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Mizuki.S	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 miyuu.H
12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Masumi.m	12:30 ~ 13:30 Waist spXmas 🌱 miyuu.H		12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Asuka.K	12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Mizuki.S	12:30 ~ 13:30 Waist spXmas 🌱 miyuu.H		12:00 ~ 13:00 Waist spXmas 🌱 miyuu.H
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🌱 Masumi.m			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌱 miyuu.H	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🌱 Asuka.K	14:30 ~ 15:30 Basic 🌱 Mizuki.S		13:30 ~ 14:30 Basic 🌱 Mizuki.S
				15:00 ~ 16:00 Waist spXmas 🌱 miyuu.H	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🌱 miyuu.H		
				17:30 ~ 18:30 Basic 🌱 Mizuki.S			
17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🌱 Asuka.K	17:30 ~ 18:30 Waist spXmas 🌱 Akari.S	17:30 ~ 18:30 Basic 🌱 Mizuki.S	17:30 ~ 18:30 Waist spXmas 🌱 Akari.S				17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🌱 Akari.S
19:00 ~ 20:00 Waist spXmas 🌱 Akari.S	19:00 ~ 20:00 Basic 🌱 Rico	19:00 ~ 20:00 Waist spXmas 🌱 Akari.S	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🌱 Akari.S				19:00 ~ 20:00 Basic 🌱 Mizuki.S
20:30 ~ 21:30 Basic 🌱 Asuka.K	20:30 ~ 21:30 Waist 🌱 Akari.S	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🌱 Akari.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🌱 Mizuki.S				20:30 ~ 21:30 Waist spXmas 🌱 Akari.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。

pilatesK 屯田		【 12/17 ~ 12/24 】				スケジュール		2025/11/20	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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱		
Mizuki.S		Mizuki.S	Mizuki.S	Asuka.K		Asuka.K	Akari.S		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Hip & Leg 🌱		Waist spXmas 🌱	Waist spXmas 🌱	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱	Waist spXmas 🌱		
miyuu.H		miyuu.H	Akari.S	Akari.S		miyuu.H	miyuu.H		
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Waist spXmas 🌱			
		Mizuki.S	Asuka.K	Asuka.K		miyuu.H			
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
			Basic 🌱	Waist spXmas 🌱					
			Mizuki.S	Akari.S					
			17:30 ~ 18:30						
			Back & Arm 🌱						
			Akari.S						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Waist spXmas 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱				Basic 🌱	Back & Arm 🌱		
Akari.S	Asuka.K	Akari.S				Mizuki.S	Mizuki.S		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Back & Arm 🌱	Waist spXmas 🌱	Hip & Leg 🌱				Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱		
Akari.S	miyuu.H	miyuu.H				Mizuki.S	Asuka.K		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Stretch & Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist spXmas 🌱				Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱		
Asuka.K	miyuu.H	Akari.S				Asuka.K	Mizuki.S		

pilatesK 屯田		【 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	
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close	
	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱				
	Asuka.K	Mizuki.S	Mizuki.S				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱				
	Akari.S	Asuka.K	Asuka.K				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
	Stretch & Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱				
	Asuka.K	Akari.S	Mizuki.S				
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Waist 🌱	Back & Arm 🌱				
		Akari.S	Asuka.K				
		17:30 ~ 18:30					
		Basic 🌱					
		Mizuki.S					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30						
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱						
miyuu.H	miyuu.H						
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						
Basic 🌱	Back & Arm 🌱						
Mizuki.S	Akari.S						
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
Waist spXmas 🌱	Hip & Leg 🌱						
miyuu.H	miyuu.H						

🌱 : 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。