

pilatesK 倉敷店		【 01/01 ~ 01/08 】		スケジュール		2025/12/19 更新		
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
		Basic	Shape up waist		Pilates Cardio	Waist		
		arisa	kana.s		arisa	RINA.O		
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
		Stretch&Conditioning	Basic		Waist	Body Balance		
		Hiromi.S	RINA.O		RINA.O	arisa		
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		
		Pilates Barre	Hip&Leg		Advance			
		arisa	kana.s		arisa			
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			
		Back&Arm	Waist					
		Hiromi.S	RINA.O					
		close	close					
		17:30 ~ 18:30						
		Pilates Cardio						
		arisa						
		close						
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30
		Back&Arm				Hip&Leg		Basic
		Hiromi.S			kana.s	RINA.O		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						
Shape up waist	Back&Arm	Pilates Barre						
kana.s	Hiromi.S	kana.s						
20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00						
Stretch&Conditioning	Advance	Waist						
Hiromi.S	kana.s	RINA.O						

pilatesK倉敷店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/13 更新	
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Shape up waist	Body Balance		Basic	Waist		Shape up waist	Advance		
kana.s	arisa		RINA.O	RINA.O		kana.s	kana.s		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Basic	Waist		Back&Arm	Body Balance		Release&Strength	Hip&Leg		
RINA.O	RINA.O		Hiromi.S	arisa		arisa	arisa		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Body Balance	Pilates Barre		Hip&Leg	Basic		Hip&Leg	Shape up waist		
arisa	arisa		kana.s	RINA.O		kana.s	kana.s		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close	close	15:00 ~ 16:00	
Waist	Basic		Pilates Cardio	Back&Arm				Body Balance	
RINA.O	RINA.O		arisa	Hiromi.S				arisa	
close	close	close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30				close	close
			Waist	Stretch & Conditioning					
			kana.s	Hiromi.S					
17:30 ~ 18:30			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			17:30 ~ 18:30		
Pilates Cardio			Release&Strength	Advance			Basic		
arisa			arisa	kana.s			未定		
close			close	close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	
						Stretch & Conditioning	Waist		
						Hiromi.S	RINA.O		
						19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
						Basic	Body Balance		
						RINA.O	arisa		
						20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Back&Arm			Basic						
Hiromi.S			RINA.O						

pilatesK 倉敷店		【 01/25 ~ 01/31 】					スケジュール		
01/25		01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31		
日		月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30		close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Waist			Stretch & Conditioning	Basic		Basic	Waist		
Hiromi.S			Hiromi.S	未定		RINA.O	RINA.O		
12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:30		
Basic			Basic	Back & Arm		Body Balance	Advance		
未定			未定	Hiromi.S		arisa	kana.s		
14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00		
Back & Arm			Pilates Cardio			Waist	Hip & Leg		
Hiromi.S			arisa			RINA.O	arisa		
16:30 ~ 17:30			close			close	close	15:00 ~ 16:00	
Shape up waist								Basic	
kana.s								未定	
close								close	
								17:30 ~ 18:30	
								Shape up waist	
								kana.s	
		17:30 ~ 18:30							
		17:30 ~ 18:30							
		17:30 ~ 18:30							
		17:30 ~ 18:30							
		17:30 ~ 18:30							
		17:30 ~ 18:30							
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
Pilates Barre		Waist	Shape up waist	Release&Strength	close				
kana.s		RINA.O	kana.s	arisa					
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Waist		Pilates Cardio	Basic	Hip & Leg					
RINA.O		arisa	未定	kana.s					

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願しております。
 ・レッスン開始時間1時間前迄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。