

pilatesK 屯田		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール						2025/12/15 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	close																
		Body Balance	Basic		Waist	Hip & Leg																		
		Mizuki.S	Asuka.K		miyuu.H	miyuu.H																		
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30																		
		Basic	Hip & Leg		Basic	Body Balance																		
		Asuka.K	miyuu.H		Hibiki.A	Mizuki.S																		
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close																		
		Hip & Leg	Waist		Hip & Leg																			
		miyuu.H	miyuu.H		miyuu.H																			
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close																			
		Back & Arm	Stretch & Conditioning																					
		Mizuki.S	Asuka.K																					
		17:30 ~ 18:30	close																					
		Basic																						
		Asuka.K																						
		close																						

pilatesK 屯田

【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール

2025/12/15 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	
Stretch & Conditioning 🍃	Basic 🍃		Body Balance	Hip & Leg 🍃		Stretch & Conditioning 🍃	Waist 🍃	
Asuka.K	Hibiki.A		Mizuki.S	miyuu.H		Asuka.K	miyuu.H	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Waist 🍃	Hip & Leg 🍃		Basic 🍃	Waist 🍃		Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	
miyuu.H	miyuu.H		Asuka.K	Hibiki.A		Hibiki.A	Asuka.K	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Basic 🍃	Basic 🍃		Back & Arm 🍃	Basic 🍃		Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	
Asuka.K	Hibiki.A		Mizuki.S	Mizuki.S		Asuka.K	miyuu.H	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close	close	15:00 ~ 16:00
Hip & Leg 🍃	Waist 🍃		Basic 🍃	Waist 🍃				Basic 🍃
miyuu.H	miyuu.H		Hibiki.A	miyuu.H				Asuka.K
17:30 ~ 18:30	close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30				17:30 ~ 18:30
Basic 🍃			Hip & Leg 🍃	Body Balance				Waist 🍃
Asuka.K			Asuka.K	Mizuki.S			miyuu.H	
close			close	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	close
				Waist 🍃			Basic 🍃	
				Hibiki.A			Hibiki.A	
				close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
						Body Balance	Basic 🍃	
						Mizuki.S	Hibiki.A	
						19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
						Hip & Leg 🍃	Waist 🍃	
						miyuu.H	miyuu.H	
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30					
Basic 🍃			Hip & Leg 🍃					
Mizuki.S			miyuu.H					

pilatesK 屯田

【 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									
Hip & Leg 🍃		Basic 🍃	Waist 🍃		Hip & Leg 🍃	Basic 🍃									
Izumi.y		Hibiki.A	miyuu.H		miyuu.H	Hibiki.A									
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00									
Basic 🍃		Back & Arm 🍃	Stretch & Conditioning 🍃		Waist 🍃	Hip & Leg 🍃									
Hibiki.A		Asuka.K	Asuka.K		miyuu.H	miyuu.H									
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30									
Waist 🍃		Hip & Leg 🍃			Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃									
Hibiki.A		Asuka.K			Asuka.K	Asuka.K									
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00								
Back & Arm 🍃							Waist 🍃								
Izumi.y							miyuu.H								
close							close	close	close	17:30 ~ 18:30					
										Basic 🍃					
										Hibiki.A					
										close	close	close	close	close	
	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30											17:30 ~ 18:30
	Body Balance		Basic 🍃	Back & Arm 🍃											Waist 🍃
	Mizuki.S		Hibiki.A	Mizuki.S											Hibiki.A
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00											
	Back & Arm 🍃	Body Balance	Basic 🍃	Back & Arm 🍃											
	Mizuki.S	Mizuki.S	Hibiki.A	Asuka.K											
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30												
Basic 🍃	Back & Arm 🍃	Body Balance	Basic 🍃												
Hibiki.A	Mizuki.S	Mizuki.S	Hibiki.A												

🍃 : 体験可能レッスン

・ クラスの場所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時間前までお願いしております。

・ レッスン開始時刻1時間前を切った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。