

pilatesK 町田店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール						2025/12/08 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
		Basic 🌿		Animal Stretch	Body Balance	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	
		Haru		Haru	Sae	YUKA.I	YUKA.I	
		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	
		jump to burn		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Pilates Cardio	Hip Punch	
		Maari		Sae	YUKA.I	Maari	Maari	
		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	
		Pilates Barre		Waist spXmas 🌿	Leg Lines	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿	
		Haru		Haru	Maari	YUKA.I	YUKA.I	
					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
					Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		
					YUKA.I	Maari		
					16:30 ~ 17:30			
					Basic 🌿			
					Sae			
					18:00 ~ 19:00			
					jump to burn			
					Maari			
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	
		Reset Flow	Pilates Cardio	Back & Arm 🌿			Pre Basic	
		Sae	Maari	YUKA.I			Haru	
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	
		Hip Punch	Back & Arm 🌿	Power up Control			Body Balance	
		Maari	YUKA.I	Sae			Maari	
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
		Shape up waist	Leg Lines	Hip & Leg 🌿			Pilates Barre	
		Sae	Maari	YUKA.I			Haru	

pilatesK 町田店		【 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	close	10:30 ~ 11:30
Power up Control	Hip & Leg 🌿		jump to burn	Basic 🌿	Pilates Barre		Hip & Leg 🌿
Sae	YUKA.I		Maari	Maari	Haru		YUKA.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Pilates Barre	Reset Flow		Shape up waist	Waist spXmas 🌿	Leg Lines		Basic 🌿
Haru	Sae		Haru	Chihiro.K	Maari		Maari
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Waist spXmas 🌿	Back & Spine		Hip & Leg 🌿	Pilates Cardio	Body Balance		Back & Arm 🌿
Sae	Haru		Maari	Maari	Maari		YUKA.I
				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
				Pre Basic	Back & Spine		
				Haru	Haru		
				16:30 ~ 17:30			
				Hip Punch			
				Maari			
				18:00 ~ 19:00			
				Back & Arm 🌿			
				Haru			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00
jump to burn	Basic 🌿	Animal Stretch	Waist spXmas 🌿				Waist spXmas 🌿
Maari	Maari	Haru	Sae				Sae
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
Leg Lines	Shape up waist	Basic 🌿	Animal Stretch				Pilates Cardio
Haru	Sae	Sae	Haru				Maari
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
Basic 🌿	Hip Punch	Back & Spine	Body Balance				jump to burn
Maari	Maari	Haru	Sae				Sae

🌿：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時間前迄にお断りしております。
 ・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。

pilatesK 町田店		【 12/17 ~ 12/24 】				スケジュール		2025/12/08	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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Leg Lines		Basic	Stretch & Conditioning	Shape up waist		Reset Flow	Waist spXmas		
Haru		Maari	miku.I	Sae		Sae	Haru		
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Shape up waist		Back & Arm	Power up Control	Back & Arm		Hip & Leg	Body Balance		
Sae		YUKA.I	Sae	YUKA.I		YUKA.I	Sae		
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Basic		Body Balance	Hip & Leg	Waist spXmas		Shape up waist	Animal Stretch		
Haru		Maari	YUKA.I	Sae		Sae	Haru		
close		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		
			jump to burn	Basic					
			miku.I	YUKA.I					
			16:30 ~ 17:30						
			Basic						
			YUKA.I						
			18:00 ~ 19:00						
			Shape up waist						
			Sae						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Body Balance	Hip & Leg	Power up Control				Back & Spine	Hip & Leg		
Maari	Miharu.H	Sae				Haru	YUKA.I		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Reset Flow	Basic	Hip & Leg				Basic	Pilates Cardio		
Sae	Maari	YUKA.I				YUKA.I	Sae		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip & Leg	Animal Stretch	Basic				Hip Punch	Basic		
Maari	Miharu.H	Sae				Haru	YUKA.I		

pilatesK 町田店		【 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	close	close	close	
	jump to burn	Back & Arm	Hip Punch				
	Sae	Sae	Haru				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
	Pre Basic	Pilates Barre	jump to burn				
	Haru	Haru	Sae				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
	Power up Control	Basic	Waist				
	Sae	YUKA.I	Haru				
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
	close	Animal Stretch	Reset Flow				
		Haru	Sae				
		16:30 ~ 17:30					
		Body Balance					
		Sae					
		18:00 ~ 19:00					
		Hip & Leg					
		YUKA.I					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						
Pilates Barre	Basic						
Haru	YUKA.I						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Hip & Leg	Back & Spine						
YUKA.I	Haru						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Waist spXmas	Back & Arm						
Haru	YUKA.I						

 : 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。