

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Chihiro.N	close	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Waist Atsuko.a	
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Chihiro.N		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 jump to burn Rin.Y		12:00 ~ 13:00 Back & Spine Chihiro.N	12:00 ~ 13:00 Waist Rin.Y		
14:30 ~ 15:30 Back & Arm SHIORI.O		13:30 ~ 14:30 Basic Rin.Y			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg SHIORI.O	13:30 ~ 14:30 Back & Arm SHIORI.O	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Rin.Y	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Atsuko.a
16:30 ~ 17:30 Shape up waist Chihiro.N		17:30 ~ 18:30 Waist MOMOKA.K	17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O		17:30 ~ 18:30 Back & Arm CHIHARU	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Chihiro.N
		19:00 ~ 20:00 Hip & Leg SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Waist Rin.Y		19:00 ~ 20:00 Basic Rin.Y	19:00 ~ 20:00 Shape up waist Chihiro.N		
		20:30 ~ 21:30 Body Balance MOMOKA.K	20:30 ~ 21:30 Back & Arm SHIORI.O		20:30 ~ 21:30 Leg Lines CHIHARU	20:30 ~ 21:30 jump to burn Rin.Y		

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	10:30 ~ 11:30 Waist Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Rin.Y	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Nanami.N	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Basic Rin.Y	close	
	12:00 ~ 13:00 Leg Lines Chihiro.N	12:00 ~ 13:00 Back & Arm SHIORI.O		12:00 ~ 13:00 Waist Rin.Y	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Atsuko.a			
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Rin.Y	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Rin.Y		13:30 ~ 14:30 Basic Rin.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Chihiro.N		
		15:00 ~ 16:00 Basic Rin.Y			15:00 ~ 16:00 Basic Rin.Y	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Rin.Y		
	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre SHIORI.O		17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y	17:30 ~ 18:30 jump to burn Nanami.N	17:30 ~ 18:30 Waist Atsuko.a		16:30 ~ 17:30 Back & Arm Chihiro.N
	19:00 ~ 20:00 Pilates Barre Chihiro.N			19:00 ~ 20:00 Back & Spine Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Atsuko.a			
	20:30 ~ 21:30 Basic SHIORI.O			20:30 ~ 21:30 Waist Rin.Y	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Atsuko.a			

🟢：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週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。

pilatesK 厚木店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/02/06 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
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
Basic	Leg Lines		Back & Spine	Back & Arm	Pilates Barre		Hip & Leg
SHIORI.O	Chihiro.N		Chihiro.N	Chihiro.N	SHIORI.O		SHIORI.O
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00
Waist	Back & Spine		Hip & Leg	Release & Strength			Leg Lines
Rin.Y	Chihiro.N		Chihiro.N	SHIORI.O			Chihiro.N
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30
Hip & Leg			Basic	Pre Basic	Back & Arm		Basic
SHIORI.O			SHIORI.O	Chihiro.N	ryoka		SHIORI.O
close			close	close	close		15:00 ~ 16:00
		Hip & Leg				14:30 ~ 15:30	
		Chihiro.N				Basic	
						SHIORI.O	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30	17:30 ~ 18:30	
jump to burn	Release & Strength	Waist	Pilates Barre	Basic	Release & Strength	Pilates Barre	
Rin.Y	Rin.Y	Rin.Y	SHIORI.O	SHIORI.O	SHIORI.O	SHIORI.O	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	
Back & Arm	Basic	Hip & Leg	Shape up waist			Pre Basic	
Chihiro.N	SHIORI.O	Atsuko.a	Chihiro.N			Chihiro.N	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	
Pre Basic	jump to burn	Basic	Back & Arm			Back & Spine	
Chihiro.N	Rin.Y	Rin.Y	SHIORI.O			Chihiro.N	

pilatesK 厚木店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28	
水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Shape up waist		Basic	Release & Strength	
Chihiro.N		Rin.Y	Rin.Y	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Pre Basic		Release & Strength	Basic	
Chihiro.N		Rin.Y	SHIORI.O	
close		close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
			Pilates Barre	Leg Lines
			SHIORI.O	Chihiro.N
			15:00 ~ 16:00	Waist
			Rin.Y	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Waist	Pre Basic	Hip & Leg	Pilates Barre	
Rin.Y	Chihiro.N	Atsuko.a	SHIORI.O	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Pilates Barre	jump to burn	Back & Arm		
SHIORI.O	Rin.Y	SHIORI.O		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Stretch & Conditioning	Shape up waist	Waist		
Rin.Y	Chihiro.N	Atsuko.a		

👉: 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。