

pilatesK 倉敷店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/14 更新				
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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Basic		Release&Strength	Basic		Stretch&Conditioning	Pilates Barre	Hip&Leg					
Mahiro		arisa	Mahiro		Hiromi.S	arisa	未定					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					
Back&Arm		Basic	Advance		Basic	Back&Arm	Advance					
Hiromi.S		Mahiro	arisa		RINA.O	Hiromi.S	arisa					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30					
Basic		Pilates Cardio			Waist	Basic	Waist					
Mahiro		arisa			RINA.O	Mahiro	RINA.O					
16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Stretch&Conditioning						Stretch&Conditioning	Back&Spine					
Hiromi.S						Hiromi.S	arisa					
close						close	close	17:30 ~ 18:30	close			
								Waist		Back&Arm	Basic	Back&Arm
								RINA.O		Hiromi.S	Mahiro	Hiromi.S
								19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
		Body Balance	Waist	Hip&Leg	Basic							
		arisa	RINA.O	未定	Mahiro							
		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30							
		Basic	Stretch&Conditioning	Waist	Hip&Leg							
		RINA.O	Hiromi.S	RINA.O	未定							

pilatesK 倉敷店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール						
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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Basic	Release&Strength		Back&Arm	Basic	Stretch&Conditioning		
	Mahiro	arisa		Hiromi.S	Mahiro	Hiromi.S		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Body Balance	Basic		Stretch&Conditioning	Pilates Barre	Basic		
	arisa	Mahiro		Hiromi.S	arisa	RINA.O		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Back&Spine			Basic	Body Balance	Back&Arm		
	arisa			Mahiro	arisa	Hiromi.S		
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Basic		Waist
						Mahiro		RINA.O
						close		close
						17:30 ~ 18:30		
						Back&Spine		
						arisa		
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close			
	Back&Arm	Waist	Hip&Leg	Pilates Barre				
	Hiromi.S	Hiromi.S	RINA.O	arisa				
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
	Waist	Basic	Back&Arm	Hip&Leg				
	RINA.O	Mahiro	Hiromi.S	未定				
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
	Stretch&Conditioning	Back&Arm	Basic	Pilates Cardio				
	Hiromi.S	Hiromi.S	未定	arisa				

・体験可能レッスン
・クラスの個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週間前までにお申し込みしております。
・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 倉敷店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/14 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						
Back&Arm	Basic		Waist	Back&Arm	Advance		Stretch & Conditioning						
Hiromi.S	未定		Hiromi.S	Hiromi.S	arisa		Hiromi.S						
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00						
Hip&Leg	Back&Arm		Pilates Cardio	Basic	Waist		Basic						
未定	Hiromi.S		arisa	Mahiro	RINA.O		RINA.O						
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30						
Stretch & Conditioning			Back&Arm	Stretch & Conditioning	Pilates Cardio		Back&Arm						
Hiromi.S			Hiromi.S	Hiromi.S	arisa		Hiromi.S						
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close					
					Hip&Leg		Basic						
					未定		RINA.O						
					close		close						
17:30 ~ 18:30													
					Waist								
					RINA.O								
					17:30 ~ 18:30					17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Release&Strength	Basic	Back & Spine	Basic	close	Hip&Leg								
arisa	Mahiro	arisa	RINA.O		未定								
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00								
Basic	Back & Spine	Basic	Release&Strength		Waist								
Mahiro	arisa	Mahiro	arisa		RINA.O								
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30								
Advance	Body Balance	Pilates Barre	Hip&Leg		Basic								
arisa	arisa	arisa	未定		Mahiro								

pilatesK 倉敷店		【 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
Pilates Barre		Back&Spine	Pilates Cardio
arisa		arisa	arisa
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Stretch&Conditioning		Basic	Waist
Hiromi.S		Mahiro	Hiromi.S
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Release&Strength	Basic
		arisa	Mahiro
		close	15:00 ~ 16:00
	Body Balance		
	arisa		
close			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Waist	Advance	Stretch&Conditioning	close
RINA.O	arisa	Hiromi.S	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
Basic	Stretch&Conditioning	Waist	
Mahiro	Hiromi.S	RINA.O	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Hip&Leg	Pilates Cardio	Back&Arm	
未定	arisa	Hiromi.S	

・体験可能レッスン
・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週間前迄にお願いたします。
・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。