

pilatesK 国分寺店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール						2026/01/08 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	Waist		Hip & Leg	Back & Arm		
		miyu.s	Camila.K		Rei.U	Camila.K		
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
		Shape up waist	Pilates Cardio		Pilates Barre	Shape up waist		
		Camila.K	Camila.K		Rei.U	Camila.K		
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	Basic		
		Hip & Leg	Back & Arm		miyu.s			
		miyu.s	Camila.K					
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
		Basic	Body Balance					
		miyu.s	Yoko.y					
		close			close	close		
		17:30 ~ 18:30	Back & Arm		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Camila.K			Release&Strength	Hip & Leg	Back & Arm	
		close			Rei.U	miyu.s	Camila.K	
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
					Waist	Body Balance	Pilates Barre	
					miyu.s	Camila.K	Rei.U	
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
					Back & Arm	Basic	Release&Strength	
					miyu.s	miyu.s	Rei.U	

pilatesK 国分寺店		【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール					
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm	Back & Arm	Body Balance	Leg Lines	Basic	Leg Lines		Basic
miyu.s	miyu.s	Camila.K	Rei.U	miyu.s	Rei.U		miyu.s
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00
Body Balance	Hip & Leg	Back & Arm	Basic	Body Balance	Waist		Waist
miyu.s	Camila.K	miyu.s	Camila.K	Camila.K	Camila.K		miyu.s
13:30 ~ 14:30	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	Pilates Cardio	Waist	Hip & Leg			Leg Lines
Nobue.S	Camila.K	Camila.K	Rei.U	Camila.K			Rei.U
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00				
	Body Balance	Basic	Back & Arm				
close	miyu.s	miyu.s	Rei.U				
	close		close		close		close
	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30				
	Stretch & Conditioning		Shape up waist				
	Camila.K		Camila.K				
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Leg Lines		close		Back & Arm	Release&Strength	Hip & Leg	Body Balance
Rei.U				miyu.s	Rei.U	Rei.U	miyu.s
19:30 ~ 20:30			close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip & Leg				Leg Lines	Basic	Body Balance	Pilates Barre
Rei.U				Rei.U	Rei.U	miyu.s	Rei.U
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist				Release&Strength	Hip & Leg	Back & Arm	Hip & Leg
moeko.t				Rei.U	Camila.K	miyu.s	Rei.U

■ 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時間前までにお願いしております。
- ※開講開始時刻1時間前を切ってのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
- ※開講外キャンセルが2回以上で、月額の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK 国分寺店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2026/01/08 更新	
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	01/25	01/26
土	日	月	火	水	木	金	土	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Basic	Waist		Body Balance	Back & Arm		Back & Arm	Waist		
miyu.s	Rei.U		miyu.s	Rei.U		AKARI.n	miyu.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		
Shape up waist	Basic		Leg Lines	Shape up waist		Basic	Back & Arm		
Camila.K	miyu.s		Rei.U	Camila.K		AKARI.n	Rei.U		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Hip & Leg	Release&Strength		Waist	Stretch & Conditioning		Release&Strength	Body Balance		
miyu.s	Rei.U		miyu.s	Camila.K		Rei.U	miyu.s		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
Stretch & Conditioning	Back & Arm		Back & Arm	Hip & Leg		Leg Lines	Rei.U		
Camila.K	miyu.s		Rei.U	Rei.U		Rei.U	miyu.s		
close			close			close			
17:30 ~ 18:30	Pilates Cardio		Hip & Leg	Basic		17:30 ~ 18:30	Basic		
Camila.K			miyu.s	Rei.U		miyu.s			
close			close			close			
18:00 ~ 19:00	Pilates Barre		Pilates Barre	Waist		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Rei.U	Camila.K		Rei.U	Camila.K		Rei.U	Camila.K		
19:30 ~ 20:30	Basic		Shape up waist	Pilates Barre		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Yoko.y	Rei.U		Camila.K	Rei.U		Yoko.y	Camila.K		
21:00 ~ 22:00	Hip & Leg		Basic	Shape up waist		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Yoko.y	Rei.U		Rei.U	Camila.K		Yoko.y	Camila.K		
close			close			close			
18:00 ~ 19:00	Basic		Shape up waist	Pilates Barre		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Rei.U	Rei.U		Camila.K	Rei.U		Yoko.y	Camila.K		
19:30 ~ 20:30	Pilates Cardio		Hip & Leg	Leg Lines		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Camila.K	Rei.U		miyu.s	Rei.U		Yoko.y	Camila.K		
21:00 ~ 22:00	Stretch & Conditioning		Basic	Shape up waist		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Camila.K	Camila.K		Rei.U	Camila.K		Yoko.y	Camila.K		

pilatesK 国分寺店		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール						01/31	
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	01/31	01/31	01/31
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Hip & Leg	Waist	Pilates Cardio	Basic		Waist	Stretch & Conditioning			
miyu.s	Rei.U	Camila.K	未確定		miyu.s	未確定			
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Body Balance	Release&Strength	Waist	Release&Strength	未確定	Hip & Leg	Leg Lines			
miyu.s	Rei.U	Rei.U	未確定		miyu.s	Rei.U			
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Basic		Leg Lines			Basic	Shape up waist			
miyu.s		Rei.U			Camila.K	Camila.K			
16:30 ~ 17:30	Waist		close	close	close	close	close		
Yoko.y									
18:00 ~ 19:00	Basic	Body Balance	Waist	Basic	Back & Arm	Back & Arm	Back & Arm		
Rei.U	Rei.U	miyu.s	miyu.s	miyu.s	Rei.U	Rei.U	Rei.U		
19:30 ~ 20:30	Pilates Cardio	Back & Arm	Pilates Barre	Hip & Leg	Leg Lines	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Camila.K	Rei.U	miyu.s	Rei.U	Camila.K	Rei.U	Yoko.y	Camila.K		
21:00 ~ 22:00	Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Back & Arm	Waist	Shape up waist	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Camila.K	Camila.K	Camila.K	miyu.s	Camila.K	Camila.K	Yoko.y	Camila.K		
close									
18:00 ~ 19:00	Basic	Body Balance	Waist	Basic	Back & Arm	Back & Arm	Back & Arm		
Rei.U	Rei.U	miyu.s	miyu.s	miyu.s	Rei.U	Rei.U	Rei.U		
19:30 ~ 20:30	Pilates Cardio	Back & Arm	Pilates Barre	Hip & Leg	Leg Lines	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Camila.K	Rei.U	miyu.s	Rei.U	Camila.K	Rei.U	Yoko.y	Camila.K		
21:00 ~ 22:00	Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Back & Arm	Waist	Shape up waist	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Camila.K	Camila.K	Camila.K	miyu.s	Camila.K	Camila.K	Yoko.y	Camila.K		

■ : 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時間前を切って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。