

スケジュール

100

スケジュール

close

- ※ 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時間前を切つ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、翌月の体験可能時間が1回に制限されます。

pilatesK 網島店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/24 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 🍌	Body Balance		Shape up waist	Pilates Cardio	Waist 🍌		Stretch & Conditioning
TOWA.s	Hana.S		Mio.I	Hana.S	Hana.S		Hana.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
Back & Spine	Basic 🍌		Hip & Leg 🍌	Waist 🍌	Back & Arm 🍌		Basic 🍌
Mio.I	TOWA.s		Misaki.T	Misaki.T	Misaki.T		TOWA.s
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Basic 🍌			jump to burn	Body Balance	Basic 🍌		Waist 🍌
TOWA.s			Mio.I	Hana.S	Hana.S		Hana.S
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
		Basic 🍌			jump to burn		
		TOWA.s			Misaki.T		
				17:30 ~ 18:30			
				Hip & Leg 🍌			
				Misaki.T			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	
Body Balance	Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🍌	Basic 🍌			Back & Spine	
Hana.S	Misaki.T	Mio.I	TOWA.s			Mio.I	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg 🍌	Waist 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌			Basic 🍌	
Mio.I	Hana.S	TOWA.s	Misaki.T			TOWA.s	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Back & Spine	Basic 🍌	Shape up waist			
Hana.S	Misaki.T	Mio.I	TOWA.s			Mio.I	

pilatesK 網島店

【 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
Back & Arm 🍌		Body Balance	Basic 🍌
Misaki.T		Hana.S	TOWA.s
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Pilates Cardio		Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌
Hana.S		Misaki.T	Hana.S
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
close		Basic 🍌	jump to burn
		Hana.S	Mio.I
			15:00 ~ 16:00
	close	Waist 🍌	
		Misaki.T	
17:30 ~ 18:30			
	Back & Spine		
		Mio.I	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Basic 🍌	Body Balance	Waist 🍌	
TOWA.s	Hana.S	Mio.I	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg 🍌	Pre Basic 🍌	Pilates Cardio	
Hana.S	Mio.I	Misaki.T	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic 🍌	Waist 🍌	Hip & Leg 🍌	
TOWA.s	Hana.S	Mio.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時間前を切つ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。