

pilatesK 厚木店

【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール

2026/05/12 更新

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

pilatesK 厚木店

【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30 Waist Mana.N	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Chihiro.N	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Waist Mana.N	10:30 ~ 11:30 Basic Rin.Y	close		
		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Chihiro.N		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Rin.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm SHIORI.O	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Chihiro.N			
		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Chihiro.N			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Chihiro.N	13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg SHIORI.O	
						15:00 ~ 16:00 Release&Strength SHIORI.O		14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Rin.Y	
		17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y		17:30 ~ 18:30 Waist Mana.N	17:30 ~ 18:30 Back & Arm SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O		17:30 ~ 18:30 Back & Spine Chihiro.N	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre SHIORI.O
		19:00 ~ 20:00 Back & Arm Chihiro.N		19:00 ~ 20:00 Release&Strength SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Shape up waist Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Waist Mana.N		close	close
		20:30 ~ 21:30 Pilates Workout Rin.Y		20:30 ~ 21:30 Basic SHIORI.O	20:30 ~ 21:30 Pre Basic Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 Pilates Barre SHIORI.O			

🟢：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

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/05/12 更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Waist Mana.N	close	10:30 ~ 11:30 Waist Mana.N	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Rin.Y	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rin.Y	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Rin.Y	
12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Rin.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Chihiro.N		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Rin.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm SHIORI.O			12:00 ~ 13:00 Basic SHIORI.O	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm SHIORI.O	close		13:30 ~ 14:30 Basic Rin.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Rin.Y		13:30 ~ 14:30 jump to burn Rin.Y	
close			15:00 ~ 16:00 Waist Mana.N	15:00 ~ 16:00 Basic Rin.Y				
			close	close	14:30 ~ 15:30 Back & Arm miku.I			close
17:30 ~ 18:30 Pre Basic Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y		17:30 ~ 18:30 Back & Spine Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 jump to burn Rin.Y	17:30 ~ 18:30 Waist Mana.N		16:30 ~ 17:30 Basic miku.I	17:30 ~ 18:30 Back & Arm SHIORI.O
19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Rin.Y	19:00 ~ 20:00 Waist Mana.N		19:00 ~ 20:00 Pre Basic Chihiro.N	close	close		close	19:00 ~ 20:00 Waist Mana.N
20:30 ~ 21:30 Shape up waist Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 jump to burn Rin.Y		20:30 ~ 21:30 Waist Mana.N					20:30 ~ 21:30 Pilates Barre SHIORI.O

pilatesK 厚木店

【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31	
水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30 Shape up waist Chihiro.N	close	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Release&Strength SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chihiro.N	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chihiro.N	
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg SHIORI.O		12:00 ~ 13:00 Waist Mana.N	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Chihiro.N			12:00 ~ 13:00 Waist Mana.N	
close		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Chihiro.N	13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 Waist Mana.N		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Chihiro.N	
		close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Chihiro.N				
		close	close	14:30 ~ 15:30 Back & Spine Chihiro.N			
17:30 ~ 18:30 Release&Strength Rin.Y		17:30 ~ 18:30 Pre Basic Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Chihiro.N		16:30 ~ 17:30 Waist Mana.N	17:30 ~ 18:30 Basic Rin.Y
19:00 ~ 20:00 Basic Rin.Y		19:00 ~ 20:00 Pilates Workout Rin.Y	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Chihiro.N	close		close	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg SHIORI.O
20:30 ~ 21:30 Waist Mana.N		20:30 ~ 21:30 Back & Spine Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 Back & Arm SHIORI.O				20:30 ~ 21:30 jump to burn Rin.Y

👉 : 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。