

## スケジュール

104

## 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回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK 相模大野店		【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール						2026/02/14 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		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Basic 🇯🇵		Stretch & Conditioning 🇯🇵				Basic 🇯🇵		Pilates Barre		Hip & Leg 🇯🇵				Release&Strength	
Kotono.E		ayumi.o				Kotono.E		Elliy		Kotono.E				Elliy	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Waist 🇯🇵		Pilates Cardio				Hip & Leg 🇯🇵		jump to burn		Basic 🇯🇵				Pilates Cardio	
Miki.N		Kotono.E				Elliy		Kotono.E		ayumi.o				Kotono.E	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🇯🇵						Release&Strength		Waist 🇯🇵		Pilates Cardio				Basic 🇯🇵	
Kotono.E						Kotono.E		Elliy		Kotono.E				Elliy	
close						15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵							
				ayumi.o		Kotono.E		ayumi.o							
				close		close		close							
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00								18:00 ~ 19:00		close		18:00 ~ 19:00	
Pilates Barre		Back & Arm 🇯🇵		Waist 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵									
Elliy		ayumi.o		Miki.N		ayumi.o									
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
Hip & Leg 🇯🇵		Release&Strength		Back & Arm 🇯🇵		jump to burn									
Miki.N		Elliy		Atsuko.a		Kotono.E									
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
Release&Strength		Waist 🇯🇵		jump to burn		Waist 🇯🇵									
Elliy		Elliy		Miki.N		ayumi.o									

pilatesK 相模大野店		【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🌱		Pilates Barre	Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱
Miki.N		Miki.N	ayumi.o	Elliy		ayumi.o
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Waist 🌱		Basic 🌱	Pilates Barre	Waist 🌱		Basic 🌱
Atsuko.a		Kotono.E	Elliy	ayumi.o		Elliy
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
		jump to burn	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱
		Miki.N	ayumi.o	Elliy		ayumi.o
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
			Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		
			インストラクター未確定	ayumi.o		
			17:30 ~ 18:30	close		
	Elliy					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	
Pilates Barre	Pilates Cardio	Waist 🌱	Release&Strength			
Elliy	Miki.N	Elliy	Kotono.E			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic 🌱	Release&Strength	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱			
ayumi.o	Kotono.E	ayumi.o	Miki.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00		
Stretch & Conditioning 🌱	Pilates Barre	Hip & Leg 🌱		Pilates Cardio		
ayumi.o	Miki.N	Elliy		Kotono.E		

 : 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。