

スケジュール

2026/02/01

1739

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				
Pilates Cardio		Body Balance	Hip & Leg		Back & Arm	Waist	Hip & Leg				
Moeka.Y		Mari.y	Mari.y		MIRAI.T	MIRAI.T	Moeka.Y				
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		Waist	Back & Arm		Basic	Hip & Leg	jump to burn				
MIRAI.T		MIRAI.T	MIRAI.T		Mari.y	Moeka.Y	Moeka.Y				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Basic		Back & Arm			Waist	Back & Arm	Waist				
Moeka.Y		MIRAI.T			MIRAI.T	MIRAI.T	MIRAI.T				
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Waist							Basic	Back & Arm			
MIRAI.T							Moeka.Y	MIRAI.T			
close							close	close	close	17:30 ~ 18:30	close
										Waist	
										MIRAI.T	
										18:00 ~ 19:00	
	Stretch & Conditioning		jump to burn	Back & Arm						Hip & Leg	
	Kurumi.u		Moeka.Y	MIRAI.T						syuri.i	
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	
	Hip & Leg	Waist	Pilates Cardio	Stretch & Conditioning							
	Mari.y	MIRAI.T	Moeka.Y	syuri.i							
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
jump to burn	Basic	Waist	Pilates Cardio								
Kurumi.u	Moeka.Y	MIRAI.T	Mari.y								

スケジュール

03/

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	
	Waist 🏊	Basic 🏊		Hip & Leg 🏊	Body Balance	Back & Arm 🏊		
	MIRAI.T	Mari.y		Hitomi.N	Mari.y	MIRAI.T		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Stretch & Conditioning 🏊	Waist 🏊		jump to burn	Basic 🏊	Waist 🏊		
	syuri.i	MIRAI.T		Yume.N	Mari.y	MIRAI.T		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Hip & Leg 🏊	Hip & Leg 🏊		Back & Arm 🏊	jump to burn	Pre Basic 🏊		
	syuri.i	Mari.y		Hitomi.N	Moeka.Y	Mari.y		
	close	15:00 ~ 16:00		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
		Back & Arm 🏊				Pre Basic 🏊		Pilates Cardio
		MIRAI.T				Mari.y		Mari.y
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		
		Pilates Cardio				Hip & Leg 🏊		
		Mari.y			Moeka.Y			
	18:00 ~ 19:00	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close
	Pre Basic 🏊			Back & Arm 🏊	Back & Arm 🏊			
	Mari.y			Moeka.Y	MIRAI.T			
	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Back & Arm 🏊			Hip & Leg 🏊	Waist 🏊			
MIRAI.T	Yume.N		MIRAI.T					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	Body Balance						
Mari.y	Moeka.Y	Mari.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。

pilatesK ちはら台		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2026/02/01 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	
Pilates Cardio	Waist 🍌		Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	jump to burn		Back & Arm 🍌	
Moeka.Y	Mari.y		Mari.y	Moeka.Y	Kurumi.u		Moeka.Y	
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 & Arm 🍌	jump to burn		Body Balance	Basic 🍌	Basic 🍌		Waist 🍌	
MIRAI.T	Moeka.Y		Mari.y	Hina.E	Hina.E		Mari.y	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Basic 🍌			Hip & Leg 🍌	Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🍌		jump to burn	
Moeka.Y			Moeka.Y	Moeka.Y	Kurumi.u		Moeka.Y	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Waist 🍌		Basic 🍌	
					Moeka.Y		Hina.E	
17:30 ~ 18:30								
Basic 🍌								
Hina.E								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00		
Stretch & Conditioning 🍌	Waist 🍌	jump to burn	Waist 🍌			Hip & Leg 🍌		
shuri.i	MIRAI.T	Satomi.K	MIRAI.T			Mari.y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg 🍌	Body Balance	Waist 🍌	Back & Arm 🍌			Basic 🍌		
shuri.i	Mari.y	Maki.H	MIRAI.T			Hina.E		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00		
Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌	jump to burn	Basic 🍌				
MIRAI.T	MIRAI.T	Satomi.K	Moeka.Y			Hina.E		

pilatesK ちはら台		【 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 Cardio		Body Balance	Pre Basic 🌱		
Moeka.Y		Mari.y	Mari.y		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio		
Hina.E		Moeka.Y	Moeka.Y		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
		Back & Arm 🌱	Waist 🌱		
		Mari.y	Mari.y		
		close	15:00 ~ 16:00		
			Hip & Leg 🌱		
			Moeka.Y		
			17:30 ~ 18:30		
		Body Balance			
		Mari.y			
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
		Basic 🌱	jump to burn	Basic 🌱	
Hina.E	Kurumi.u	未確定			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Pre Basic 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱			
Mari.y	Moeka.Y	未確定			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Pilates Cardio			
Mari.y	Kurumi.u	Moeka.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。