


pilatesK		ちはら台		【 03/01 ~ 03/08 】				スケジュール		2026/02/14 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		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30							
Body Balance				Hip &Leg 🌱		jump to burn				Pilates Cardio		Basic 🌱		Waist 🌱							
Mari.y				Moeka.Y		Moeka.Y				syuri.i		Moeka.Y		Reiko.R							
12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30							
Hip &Leg 🌱				Back &Arm 🌱		Basic 🌱				Waist 🌱		Back &Arm 🌱		jump to burn							
Moeka.Y				MIRAI.T		Moeka.Y				Reiko.R		MIRAI.T		Moeka.Y							
14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30							
Pre Basic 🌱				Basic 🌱						Stretch & Conditioning 🌱		Pilates Cardio		Waist 🌱							
Mari.y				Moeka.Y						syuri.i		Moeka.Y		Reiko.R							
16:30 ~ 17:30				close						close		close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30					
Pilates Cardio		Waist 🌱						Hip &Leg 🌱													
Moeka.Y		MIRAI.T						Moeka.Y													
close		close						close						17:30 ~ 18:30		close					
														Hip &Leg 🌱							
														Moeka.Y							
														18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
						Waist 🌱								Back &Arm 🌱				Hip &Leg 🌱		Back &Arm 🌱	
						Reiko.R								MIRAI.T				Moeka.Y		MIRAI.T	
						19:30 ~ 20:30								19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
				Back &Arm 🌱		Waist 🌱				Pre Basic 🌱		Waist 🌱									
				MIRAI.T		Reiko.R				Mari.y		Reiko.R									
				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
Waist 🌱		Back &Arm 🌱		Pilates Cardio		Back &Arm 🌱															
MIRAI.T		MIRAI.T		Moeka.Y		MIRAI.T															

pilatesK ちはら台		【 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		
	Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊		Body Balance	Hip & Leg 🏊	Pre Basic 🏊			
	MIRAI.T	Moeka.Y		Mari.y	Mari.y	Mari.y			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Basic 🏊	Pilates Cardio		Basic 🏊	Waist 🏊	Waist 🏊			
	Moeka.Y	Moeka.Y		Mari.y	Reiko.R	Reiko.R			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Waist 🏊			Waist 🏊	Pre Basic 🏊	Body Balance			
	MIRAI.T			Reiko.R	Mari.y	Mari.y			
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
						Waist 🏊		Waist 🏊	
						Reiko.R		Reiko.R	
						17:30 ~ 18:30		close	
									Pilates Cardio
									Mari.y
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	
	jump to burn	Pre Basic 🏊		Stretch & Conditioning 🏊	Basic 🏊				
	Moeka.Y	Hitomi.N		Kurumi.u	Mari.y				
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Waist 🏊	Back & Arm 🏊		Waist 🏊	Pre Basic 🏊				
Reiko.R	MIRAI.T	Reiko.R	Mari.y						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Hip & Leg 🏊	Body Balance	jump to burn	Waist 🏊						
Moeka.Y	Hitomi.N	Kurumi.u	Reiko.R						

 : 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		【 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 🌈		Back & Arm 🌈				Basic 🌈		Body Balance		Back & Arm 🌈				Basic 🌈	
未確定		MIRAI.T				Suzu.i		Suzu.i		MIRAI.T				Suzu.i	
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 🌈		Waist 🌈				Back & Arm 🌈		Waist 🌈		Waist 🌈				Body Balance	
MIRAI.T		Reiko.R				MIRAI.T		Reiko.R		Reiko.R				Suzu.i	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Basic 🌈						Body Balance		Basic 🌈		Back & Arm 🌈				jump to burn	
未確定						Suzu.i		Suzu.i		MIRAI.T				yume.N	
close						15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Waist 🌈		Waist 🌈		Waist 🌈							
				MIRAI.T		Reiko.R		Reiko.R							
				17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30									
				Basic 🌈		Back & Arm 🌈									
						Suzu.i		Suzu.i		close		close			
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00							
Waist 🌈		Stretch & Conditioning 🌈		Waist 🌈				Waist 🌈							
Reiko.R		Kurumi.u		Reiko.R				Reiko.R							
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30							
Back & Arm 🌈		jump to burn		Hip & Leg 🌈				Basic 🌈							
MIRAI.T		Kurumi.u		Hitomi.N				Suzu.i							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00					
Waist 🌈		Waist 🌈		Pre Basic 🌈						Waist 🌈					
Reiko.R		Reiko.R		Hitomi.N						Reiko.R					

pilatesK ちはら台		【 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		
Waist 🌈		Body Balance	Waist 🌈	Pilates Cardio		Body Balance		
Reiko.R		Suzu.i	MIRAI.T	syuri.i		Suzu.i		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Back & Arm 🌈		Waist 🌈	Basic 🌈	Back & Arm 🌈		Waist 🌈		
MIRAI.T		Reiko.R	Suzu.i	MIRAI.T		Reiko.R		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
		Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈		Basic 🌈		
		Suzu.i	MIRAI.T	syuri.i		Suzu.i		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
			Body Balance	Back & Arm 🌈				
			Suzu.i	MIRAI.T				
			close	close				
		17:30 ~ 18:30						
		Waist 🌈						
		MIRAI.T						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00		
Basic 🌈	Waist 🌈	Back & Arm 🌈				Waist 🌈		
Suzu.i	Reiko.R	MIRAI.T				MIRAI.T		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		
Back & Arm 🌈	jump to burn	Waist 🌈				Back & Arm 🌈		
MIRAI.T	Kurumi.u	Reiko.R				MIRAI.T		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		
Body Balance	Basic 🌈	Back & Arm 🌈				Waist 🌈		
Suzu.i	Kurumi.u	MIRAI.T				Reiko.R		

 : 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。