

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 Release&Strength minami.T	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm momoka.S	10:30 ~ 11:30 Waist YURIE.H	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn momoka.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning minami.T	10:30 ~ 11:30 Basic Haruka.K										
12:30 ~ 13:30 Basic momoka.S		12:00 ~ 13:00 Basic Haruka.K	12:30 ~ 13:30 Release&Strength minami.T		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning minami.T	12:00 ~ 13:00 Basic Haruka.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Kasumi										
14:30 ~ 15:30 Waist minami.T		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio momoka.S	close		close	13:30 ~ 14:30 Release&Strength minami.T	13:30 ~ 14:30 Waist minami.T	14:30 ~ 15:30 Basic Haruka.K									
16:30 ~ 17:30 Back & Arm momoka.S		close				close	close	close	15:30 ~ 16:30 Basic Haruka.K	16:30 ~ 17:30 Waist minami.T							
close									close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Release&Strength minami.T	close			
													18:00 ~ 19:00 Basic Haruka.K		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg momoka.S	18:00 ~ 19:00 Basic Haruka.K	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre YURIE.H
													19:30 ~ 20:30 Pilates Barre YURIE.H		19:30 ~ 20:30 Basic minami.T	19:30 ~ 20:30 Shape up waist momoka.S	19:30 ~ 20:30 Pre Basic YURIE.H
													21:00 ~ 22:00 Pre Basic YURIE.H		21:00 ~ 22:00 jump to burn momoka.S	21:00 ~ 22:00 Basic Haruka.K	21:00 ~ 22:00 Waist YURIE.H

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 Basic minami.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre YURIE.H	close	10:30 ~ 11:30 Waist minami.T	10:30 ~ 11:30 Basic momoka.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm momoka.S	close											
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg momoka.S	12:30 ~ 13:30 Basic Haruka.K		12:00 ~ 13:00 Pre Basic YURIE.H	12:00 ~ 13:00 Release&Strength minami.T	12:30 ~ 13:30 Basic 未定												
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning minami.T	close		close	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning minami.T	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio momoka.S		14:30 ~ 15:30 Shape up waist momoka.S										
	close				close	close		close	close	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning minami.T	16:30 ~ 17:30 Basic 未定							
										close	close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Waist minami.T			
															18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio momoka.S	18:00 ~ 19:00 Waist minami.T	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre YURIE.H	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg momoka.S
															19:30 ~ 20:30 Basic Haruka.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm momoka.S	19:30 ~ 20:30 Basic Haruka.K	19:30 ~ 20:30 Shape up waist momoka.S
															21:00 ~ 22:00 jump to burn momoka.S	21:00 ~ 22:00 Basic minami.T	21:00 ~ 22:00 Release&Strength minami.T	21:00 ~ 22:00 Basic Haruka.K

🟢：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 ラパ[®]太田川店

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/03/11 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
Stretch & Conditioning	Basic		Pre Basic	Waist	Basic		Back & Arm
YURIE.H	Haruka.K		YURIE.H	momoka.S	Haruka.K		未定
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Pilates Barre	Waist		Shape up waist	Basic	Stretch & Conditioning		Basic
YURIE.H	YURIE.H		momoka.S	YURIE.H	YURIE.H		Haruka.K
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Pre Basic			Pilates Barre	jump to burn	Pilates Barre		Hip & Leg
YURIE.H			YURIE.H	momoka.S	YURIE.H		Haruka.K
close			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
		Hip & Leg	Release&Strength	Hip & Leg			
		Haruka.K	YURIE.H	Haruka.K			
close		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	close	close	
		Release&Strength	Back & Arm				
		YURIE.H	momoka.S				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00
Basic	Back & Arm	Basic	Shape up waist				
Haruka.K	momoka.S	Haruka.K	Mei				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Waist	Basic	Shape up waist	close	close	close	Basic	
YURIE.H	Haruka.K	momoka.S				Haruka.K	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	
Basic	Pilates Cardio	Basic				Waist	
Haruka.K	momoka.S	Haruka.K	momoka.S				

pilatesK ラパ[®]太田川店

【 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		
Release&Strength		Hip & Leg	Basic	jump to burn		Basic		
YURIE.H		Haruka.K	YURIE.H	momoka.S		Haruka.K		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Hip & Leg		Back & Arm	Release&Strength	Hip & Leg		Back & Arm		
Haruka.K		未定	YURIE.H	Haruka.K		momoka.S		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
		Basic	Hip & Leg	Pre Basic		Shape up waist		
		Haruka.K	momoka.S	YURIE.H		momoka.S		
close		close	close	close		close	close	close
	15:30 ~ 16:30				16:30 ~ 17:30			
	Basic				Waist			
close	close	close	close	close	close	close		
							17:30 ~ 18:30	close
							Pilates Cardio	
momoka.S								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00		
Basic	jump to burn	Pre Basic				Pre Basic		
YURIE.H	momoka.S	YURIE.H				YURIE.H		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		
Shape up waist	Basic	Waist	close	close	close	Release&Strength		
momoka.S	Haruka.K	momoka.S				YURIE.H		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		
Pre Basic	Hip & Leg	Pilates Barre				Pilates Cardio		
YURIE.H	Haruka.K	YURIE.H	momoka.S					

👉 : 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。