

pilatesK 函館店

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/18 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 jump to burn Karin.W	10:30 ~ 11:30 Basic Arisa.Y	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Arisa.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Miku.Y	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miku.Y		
12:00 ~ 13:00 Reset Flow Miku.Y	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Miaki.H	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Miku.Y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Arisa.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Arisa.Y		
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Karin.W	close		13:30 ~ 14:30 Basic Arisa.Y	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y	14:30 ~ 15:30 jump to burn Miku.Y		13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Miku.Y		
close			15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Miaki.H	15:00 ~ 16:00 Reset Flow Miku.Y	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y		close		
			17:30 ~ 18:30 Waist Arisa.Y	17:30 ~ 18:30 Basic Arisa.Y	close				
			18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Arisa.Y	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Miku.Y				18:00 ~ 19:00 Back & Arm Miaki.H	
			19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Miku.Y	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Miaki.H				19:30 ~ 20:30 Basic Karin.W	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y
			21:00 ~ 22:00 Basic Arisa.Y	21:00 ~ 22:00 Waist Miaki.H				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Miku.Y	21:00 ~ 22:00 Waist Arisa.Y

pilatesK 函館店

【 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 Stretch & Conditioning Arisa.Y	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Karin.W	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Miku.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Miaki.H	close	10:30 ~ 11:30 Basic Arisa.Y		
12:30 ~ 13:30 Back & Arm Arisa.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Miku.Y	12:00 ~ 13:00 Waist Miaki.H	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y		12:00 ~ 13:00 Waist Miaki.H		
close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Karin.W	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Miku.Y	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Miaki.H		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Miaki.H		
		15:00 ~ 16:00 Back & Arm Miaki.H	16:30 ~ 17:30 Basic Arisa.Y	close				
		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Miaki.H	close					
		18:00 ~ 19:00 jump to burn Miku.Y				18:00 ~ 19:00 Waist Miaki.H	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Arisa.Y	
		19:30 ~ 20:30 Basic Miku.Y				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Miaki.H	19:30 ~ 20:30 Reset Flow Miku.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Miku.Y
		21:00 ~ 22:00 Shape up waist Karin.W				21:00 ~ 22:00 jump to burn Karin.W	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Miaki.H	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Karin.W

👉 : 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。