

pilatesK 屯田		【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール						2026/02/13 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				
Waist 🏋️		jump to burn	Back & Arm 🏋️		Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️	Stretch & Conditioning 🏋️				
Miyu.O		Mizuki.S	izumi.y		Miyu.O	izumi.y	Masumi.m				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Pre Basic 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️		Back & Arm 🏋️	jump to burn	Hip & Leg 🏋️				
Mizuki.S		izumi.y	Miyu.O		izumi.y	Mizuki.S	izumi.y				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Waist 🏋️		Basic 🏋️			Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️	Pre Basic 🏋️				
Miyu.O		Mizuki.S			izumi.y	miyuu.H	Masumi.m				
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Body Balance							Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️			
Mizuki.S							Mizuki.S	izumi.y			
close							17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close
							Back & Arm 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️	
							miyuu.H	miyuu.H	Miyu.O	miyuu.H	
							19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
			Hip & Leg 🏋️	jump to burn	Stretch & Conditioning 🏋️	Basic 🏋️					
			miyuu.H	Mizuki.S	Masumi.m	Mizuki.S					
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
			Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️	Pre Basic 🏋️	jump to burn					
			Miyu.O	miyuu.H	Masumi.m	Mizuki.S					

pilatesK 屯田		【 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
	Body Balance	jump to burn		Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	Back & Arm 🍃	
	Mizuki.S	Mizuki.S		miyuu.H	Mizuki.S	izumi.y	
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃		Waist 🍃	Back & Arm 🍃	Waist 🍃	
	miyuu.H	izumi.y		Miyu.O	izumi.y	Miyu.O	
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Pre Basic 🍃			Back & Arm 🍃	Body Balance	Hip & Leg 🍃	
	Mizuki.S			miyuu.H	Mizuki.S	izumi.y	
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Hip & Leg 🍃	Waist 🍃	
					izumi.y	Miyu.O	
					17:30 ~ 18:30	close	
					Waist 🍃		
	Miyu.O						
	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
	Basic 🍃	Body Balance		Hip & Leg 🍃	Pre Basic 🍃		
	Mizuki.S	Mizuki.S		miyuu.H	Mizuki.S		
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
	Waist 🍃	Hip & Leg 🍃		Pre Basic 🍃	Waist 🍃		
	miyuu.H	Miyu.O		Mizuki.S	Miyu.O		
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
	Hip & Leg 🍃	Waist 🍃		jump to burn	Basic 🍃		
	Miyu.O	miyuu.H		Mizuki.S	Mizuki.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 屯田		【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール					2026/02/13 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
Waist 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Body Balance	Hip & Leg 🌱		Hip & Leg 🌱
Miyu.O	Mizuki.S		Miyu.O	Mizuki.S	izumi.y		izumi.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
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Pre Basic 🌱	Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱		Waist 🌱
izumi.y	Miyu.O		Mizuki.S	Miyu.O	Masumi.m		miyuu.H
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Waist 🌱			Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱
Miyu.O			miyuu.H	Mizuki.S	izumi.y		Mizuki.S
close			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
			Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Pre Basic 🌱		
			miyuu.H	Miyu.O	Masumi.m		
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close		
			jump to burn	Pre Basic 🌱			
Mizuki.S			Mizuki.S				
close			close	close			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Back & Arm 🌱	close	Body Balance	Body Balance		
Mizuki.S	izumi.y	izumi.y		Mizuki.S			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00			
Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		Waist 🌱			
izumi.y	miyuu.H	izumi.y		Miyu.O			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30			
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Pre Basic 🌱			
Mizuki.S	miyuu.H	miyu.o		Mizuki.S			

pilatesK 屯田		【 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
Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Waist 🌱
izumi.y		miyuu.H	izumi.y	Miyu.O		Miyu.O
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱
miyuu.H		izumi.y	Yurika.O	miyuu.H		miyuu.H
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
		Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱		Back & Arm 🌱
		miyuu.H	miyuu.H	Miyu.O		miyuu.H
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱			
	Yurika.O		miyuu.H			
	17:30 ~ 18:30					
	Waist 🌱					
	miyuu.H					
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	close	17:30 ~ 18:30
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	Pre Basic 🌱			
miyuu.H	Mizuki.S	Miyu.O	Mizuki.S			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			
Body Balance	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱			
Mizuki.S	Miyu.O	izumi.y			izumi.y	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close	close	20:30 ~ 21:30	
jump to burn	Pre Basic 🌱	Waist 🌱			Body Balance	
Mizuki.S	Mizuki.S	Miyu.O			Mizuki.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。