

【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2020/04/28 更新

pilatesK 町田店		【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール						
04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist		Release&Strength	Reset Flow	Basic		Shape up waist	Basic	
Haru		Haru	Sae	Haru		Sae	Haru	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic		Hip&Leg	Back&Arm	Pilates Cardio		Pre Basic	Back&Arm	
Maari		YUKA.I	YUKA.I	YUKA.I		Haru	YUKA.I	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Workout		Pre Basic	Body Balance	Waist		Back&Arm	Back&Spine	
Haru		Haru	Maari	Haru		Sae	Haru	
				15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		
close	close	close	Basic	Hip&Leg	close	close		
			YUKA.I	Maari				
			16:30 ~ 17:30					
			Hip&Leg					
			Maari					
			18:00 ~ 19:00					
			Shape up waist					
			Sae					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Body Balance	Basic	Pilates Cardio				Hip&Leg	Basic	
Sae	Maari	YUKA.I				YUKA.I	Maari	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Hip&Leg	Reset Flow	Back&Arm				Release&Strength	Pilates Cardio	
YUKA.I	Sae	Sae				Haru	YUKA.I	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic	Hip&Leg	Waist				Basic	Hip&Leg	
Sae	Maari	Sae				YUKA.I	Maari	

【 04/09 ~ 04/16 】 スケジュール

pilatesK 町田店		【 04/09 ~ 04/16 】 スケジュール					
04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Waist	Pilates Cardio	Back&Arm		Pilates Workout	Waist	
	Haru	YUKA.I	Sae		Haru	Haru	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Body Balance	Release&Strength	Hip&Leg		Basic	Hip&Leg	
	Maari	Haru	Maari		Maari	Sae	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Basic	Hip&Leg	Shape up waist		Reset Flow	Shape up waist	
	Haru	Sae	Sae		Sae	Haru	
			15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	
		Back&Spine	Body Balance	Release&Strength	Pilates Cardio		
		Haru	Maari	Haru	Maari		
		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
		Back&Arm		Waist	Basic		
		YUKA.I		Sae	Sae		
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Basic		Body Balance	Hip&Leg		
		Sae		Maari	Maari		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pilates Workout	Back&Arm					Waist	Waist
Sae	YUKA.I					Sae	Sae
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic	Shape up waist					Back&Spine	Back&Spine
Maari	Sae					Haru	Haru
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Body Balance	Hip&Leg					Reset Flow	Reset Flow
Maari	YUKA.I					Sae	Sae

・体験可能レッスン  
 ・クラスの個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週間前までお問い合わせください。  
 ・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 町田店		【 04/17 ~ 04/24 】				スケジュール		2026/04/28	更新	
04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24			
金	土	日	月	火	水	木	金			
10:30 ~ 11:30 Basic Haru	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sae	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg YUKA.I	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Maari	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Haru	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sae			
12:00 ~ 13:00 Release&Strength Haru	12:00 ~ 13:00 Back&Arm YUKA.I	12:30 ~ 13:30 Basic Maari		12:00 ~ 13:00 Waist Haru	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio YUKA.I		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Maari	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Maari		
13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio YUKA.I	13:30 ~ 14:30 Reset Flow Sae	14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Haru		13:30 ~ 14:30 Back&Arm Maari	13:30 ~ 14:30 Basic Haru		13:30 ~ 14:30 Reset Flow Sae	13:30 ~ 14:30 Reset Flow Sae		
15:00 ~ 16:00 close	16:30 ~ 17:30 Basic Maari	16:30 ~ 17:30 Back&Arm YUKA.I		16:30 ~ 17:30 Hip&Leg YUKA.I	16:30 ~ 17:30 close		16:30 ~ 17:30 close	16:30 ~ 17:30 close	16:30 ~ 17:30 close	
18:00 ~ 19:00 Basic Maari	18:00 ~ 19:00 close	18:00 ~ 19:00 close		18:00 ~ 19:00 Body Balance Maari	18:00 ~ 19:00 Back&Spine Haru		18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Maari	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Haru	18:00 ~ 19:00 Back&Arm YUKA.I	
19:30 ~ 20:30 Hip&Leg YUKA.I	19:30 ~ 20:30 close	19:30 ~ 20:30 close		19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Sae	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Sae		19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Sae	19:30 ~ 20:30 Back&Arm YUKA.I	19:30 ~ 20:30 Body Balance Maari	
21:00 ~ 22:00 Back&Arm Maari	21:00 ~ 22:00 close	21:00 ~ 22:00 close		21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio YUKA.I	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio YUKA.I		21:00 ~ 22:00 Back&Arm Maari	21:00 ~ 22:00 Body Balance Maari	21:00 ~ 22:00 Basic YUKA.I	

pilatesK 町田店		【 04/25 ~ 04/30 】				スケジュール		
04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30			
土	日	月	火	水	木			
10:30 ~ 11:30 Pre Basic Haru	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Maari	close	10:30 ~ 11:30 Waist Sae	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Sae	close			
12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Sae	12:30 ~ 13:30 Waist Haru		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Haru	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Maari		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Maari		
13:30 ~ 14:30 Back&Arm Haru	14:30 ~ 15:30 Basic Maari		13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Sae	13:30 ~ 14:30 Waist Sae		13:30 ~ 14:30 Waist Sae		
15:00 ~ 16:00 Release&Strength Sae	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Haru		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio YUKA.I	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio YUKA.I		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio YUKA.I		
16:30 ~ 17:30 Back&Spine Haru	16:30 ~ 17:30 close		16:30 ~ 17:30 Basic Maari	16:30 ~ 17:30 Basic Maari		16:30 ~ 17:30 Basic Maari		
18:00 ~ 19:00 Waist Sae	18:00 ~ 19:00 close		18:00 ~ 19:00 Back&Arm YUKA.I	18:00 ~ 19:00 Back&Arm YUKA.I		18:00 ~ 19:00 Back&Arm YUKA.I		
18:00 ~ 19:00 Body Balance Maari	18:00 ~ 19:00 close		18:00 ~ 19:00 Body Balance Maari	18:00 ~ 19:00 Body Balance Maari		18:00 ~ 19:00 Body Balance Maari	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Haru	
19:30 ~ 20:30 Back&Spine Haru	19:30 ~ 20:30 close		19:30 ~ 20:30 Back&Spine Haru	19:30 ~ 20:30 Back&Spine Haru		19:30 ~ 20:30 Back&Spine Haru	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg YUKA.I	
21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Maari	21:00 ~ 22:00 close		21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Maari	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Maari		21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Maari	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Sae	

・休職可能レッスン  
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。  
 ・ご予約されたレッスンをごキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みください。  
 ・レッスン開始時間1週間前までのごキャンセルは可能となります。  
 ※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。