

2026/07/14 更新

08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08								
土	日	月	火	水	木	金	土								
10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30								
Hip & Leg 🏋️			Waist 🏋️	Basic 🏋️		Pre Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️								
MIO.M			Wakana.S	MIO.M		Satsuki.S	Wakana.S								
12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30							
Pre Basic 🏋️			Basic 🏋️	Waist 🏋️		Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️								
Satsuki.S			MIO.M	Wakana.S		Wakana.S	MIO.M								
14:30 ~ 15:30			close	close		close	close	close	14:30 ~ 15:30						
Basic 🏋️									Hip & Leg 🏋️						
MIO.M									MIO.M						
16:30 ~ 17:30									16:30 ~ 17:30						
Back & Arm 🏋️	Waist 🏋️														
Satsuki.S	Wakana.S														
close	close	close			close				close	close	close				
												18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
												Hip & Leg 🏋️	Pre Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️
												MIO.M	Satsuki.S	MIO.M	MIO.M
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30								
			Back & Arm 🏋️	Hip & Leg 🏋️		Basic 🏋️	Waist 🏋️								
			Wakana.S	MIO.M		MIO.M	Wakana.S								
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00												
Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	Waist 🏋️	Hip & Leg 🏋️												
MIO.M	Satsuki.S	Wakana.S	MIO.M												

08/09 日	08/10 月	08/11 火	08/12 水	08/13 木	08/14 金	08/15 土	08/16 日		
close	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Wakana.S	10:30 ~ 11:30 Waist Wakana.S	close	10:30 ~ 11:30 Basic MIO.M	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Satsuki.S	close		
		12:30 ~ 13:30 Pre Basic Satsuki.S	12:30 ~ 13:30 Basic MIO.M		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg MIO.M	12:30 ~ 13:30 Waist Wakana.S			
		14:30 ~ 15:30 Waist Wakana.S	close		close	14:30 ~ 15:30 Basic Satsuki.S			
		16:30 ~ 17:30 Basic Satsuki.S				16:30 ~ 17:30 Back & Arm Wakana.S			
		close				close		close	
									18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Satsuki.S
			19:30 ~ 20:30 Waist Wakana.S		19:30 ~ 20:30 Back & Arm Wakana.S				19:30 ~ 20:30 Pre Basic Satsuki.S
			21:00 ~ 22:00 Pre Basic Satsuki.S		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Satsuki.S				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Wakana.S

※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 荻小牧

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/14 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24									
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	close	close									
	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱											
	MIO.M	Wakana.S		Satsuki.S	MIO.M											
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30											
	Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱											
	Wakana.S	Satsuki.S		Satsuki.S	MIO.M											
	close	close		close	close			14:30 ~ 15:30								
								Back & Arm 🌱								
								Satsuki.S								
								16:30 ~ 17:30								
								Pre Basic 🌱								
								Satsuki.S								
								close	close	close	close	close				
													18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
													Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱
													Satsuki.S	Satsuki.S	Wakana.S	Wakana.S
													19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
													Hip & Leg 🌱	Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱	Basic 🌱
	MIO.M	MIO.M		Satsuki.S	MIO.M											
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00											
	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Waist 🌱											
	Satsuki.S	MIO.M		Wakana.S	Wakana.S											

pilatesK 荻小牧

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31			
火	水	木	金	土	日	月			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close			
Pre Basic 🌱	Waist 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱					
Satsuki.S	Wakana.S		MIO.M	Satsuki.S					
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30					
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱					
Satsuki.S	MIO.M		MIO.M	Wakana.S					
close	close		close	14:30 ~ 15:30					
				Pre Basic 🌱					
				Satsuki.S					
				16:30 ~ 17:30					
				Waist 🌱					
				Wakana.S					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			close		
Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱					
MIO.M	Satsuki.S	MIO.M	Satsuki.S						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Basic 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱						
MIO.M	Wakana.S	Wakana.S	Wakana.S						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱						
Satsuki.S	Satsuki.S	MIO.M	Satsuki.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。