

pilatesK

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/04/14 更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08		
金	土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30 Pre Basic Honoka.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Honoka.T	close	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm KASUMI.H	10:30 ~ 11:30 Basic Koto.A	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Saki.n		
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Honoka.T	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Saki.n			12:00 ~ 13:00 Basic Koto.A	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 未定		12:00 ~ 13:00 Basic 未定		
13:30 ~ 14:30 Basic Koto.A	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Honoka.T			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Koto.A	13:30 ~ 14:30 Waist Koto.A		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 未定		
close	15:00 ~ 16:00 Waist Saki.n			15:00 ~ 16:00 Back & Arm KASUMI.H	15:00 ~ 16:00 Basic 未定		close		
	17:30 ~ 18:30 Basic Saki.n			17:30 ~ 18:30 Basic Koto.A	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 未定				
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Saki.n			17:30 ~ 18:30 Back & Arm 未定	17:30 ~ 18:30 Basic Koto.A				
19:00 ~ 20:00 Basic Koto.A	close			close	close		close	19:00 ~ 20:00 Basic Saki.n	19:00 ~ 20:00 Waist 未定
20:30 ~ 21:30 Waist Saki.n								20:30 ~ 21:30 Waist Honoka.T	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Koto.A

pilatesK

【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16				
土	日	月	火	水	木	金	土				
10:30 ~ 11:30 Basic Kokoro.O	close	close	10:30 ~ 11:30 Basic Koto.A	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Koto.A	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Koto.A	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Honoka.T				
12:00 ~ 13:00 Waist Koto.A			12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kokoro.O	12:00 ~ 13:00 Basic 未定		12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Honoka.T			
13:30 ~ 14:30 Basic Kokoro.O			13:30 ~ 14:30 Waist Koto.A	close		close	close	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Koto.A	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 未定		
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Koto.A			close					close	close	close	15:00 ~ 16:00 Basic 未定
17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kokoro.O											17:30 ~ 18:30 Waist Honoka.T
close				17:30 ~ 18:30 Back & Arm Koto.A		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kokoro.O	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Honoka.T				17:30 ~ 18:30 Back & Arm Koto.A
			close	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Koto.A		19:00 ~ 20:00 Basic Koto.A	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Honoka.T	19:00 ~ 20:00 Basic 未定			
				20:30 ~ 21:30 Basic Kokoro.O		20:30 ~ 21:30 Back & Arm Koto.A	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Kokoro.O	20:30 ~ 21:30 Waist Koto.A			

👉：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

【 05/17 ~ 05/24 】 スケジュール

2026/04/14 更新

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24		
日	月	火	水	木	金	土	日		
close	close	10:30 ~ 11:30 Waist 未定	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Koto.A	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	close		
		12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Koto.A		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Koto.A	12:00 ~ 13:00 Waist Ayumu.T			
		13:30 ~ 14:30 Waist 未定	close		close	13:30 ~ 14:30 Basic 未定		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Honoka.T	
		17:30 ~ 18:30 Basic 未定				17:30 ~ 18:30 Back & Arm Koto.A		17:30 ~ 18:30 Back & Arm Koto.A	17:30 ~ 18:30 Basic Ayumu.T
		19:00 ~ 20:00 Back & Arm Koto.A	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Koto.A		19:00 ~ 20:00 Basic 未定	19:00 ~ 20:00 Waist Ayumu.T			
		20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Koto.A	20:30 ~ 21:30 Basic 未定		20:30 ~ 21:30 Waist Ayumu.T	20:30 ~ 21:30 Basic 未定			
		close			15:00 ~ 16:00 Back & Arm Honoka.T	close		17:30 ~ 18:30 Basic 未定	

pilatesK

【 05/25 ~ 05/31 】 スケジュール

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31		
月	火	水	木	金	土	日		
close	10:30 ~ 11:30 Basic Mizuho.T	close	close	10:30 ~ 11:30 Waist Ayumu.T	10:30 ~ 11:30 Basic Ayumu.T	close		
	12:00 ~ 13:00 Waist Ayumu.T			12:00 ~ 13:00 Basic Kanami.O	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Koto.A			
	13:30 ~ 14:30 Basic 未定			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kanami.O	13:30 ~ 14:30 Basic 未定			
	15:00 ~ 16:00 Waist Ayumu.T			14:00 ~ 15:00 Basic Ayumu.T	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Koto.A			
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Honoka.T			15:30 ~ 16:30 Back & Arm Honoka.T	17:30 ~ 18:30 Waist Ayumu.T			
	close			17:30 ~ 18:30 Pre Basic Honoka.T	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Koto.A		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Koto.A	
	close			19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Honoka.T	19:00 ~ 20:00 Basic 未定		19:00 ~ 20:00 Back & Arm Koto.A	
	close			20:30 ~ 21:30 Basic 未定	20:30 ~ 21:30 Waist Ayumu.T		20:30 ~ 21:30 Basic 未定	

👉 : 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。