

pilatesK

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/04/30 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 Koto.A	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 Saki.n		12:00 ~ 13:00 Basic Kanami.O			
13:30 ~ 14:30 Basic Koto.A	13:30 ~ 14:30 Basic Koto.A			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Koto.A	13:30 ~ 14:30 Waist Koto.A		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kanami.O			
close	15:00 ~ 16:00 Waist Saki.n			15:00 ~ 16:00 Back & Arm KASUMI.H	15:00 ~ 16:00 Basic Saki.n		close			
	close			close	close					
	17:30 ~ 18:30 Basic Saki.n			17:30 ~ 18:30 Basic Koto.A	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Saki.n					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Saki.n	close			close	close		close	close	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Saki.n	18:00 ~ 19:00 Basic Koto.A
19:30 ~ 20:30 Basic Koto.A									19:30 ~ 20:30 Basic Saki.n	19:30 ~ 20:30 Waist Saki.n
21:00 ~ 22:00 Waist Saki.n									21:00 ~ 22:00 Waist Honoka.T	21:00 ~ 22:00 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 Rio.s		12:00 ~ 13:00 Basic Koto.A	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Arm KASUMI.H					
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 Honoka.T				
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Koto.A			15:00 ~ 16:00 Basic Honoka.T										
close			close					17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kokoro.O	17:30 ~ 18:30 Waist 未定				
close			close	close		close	close	close	close	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Koto.A	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kokoro.O	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Honoka.T	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Koto.A
close										19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Koto.A	19:30 ~ 20:30 Basic Kokoro.O	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Honoka.T	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Akane
										21:00 ~ 22:00 Basic Kokoro.O	21:00 ~ 22:00 Waist Rio.s	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kokoro.O	21:00 ~ 22:00 Waist Akane

🟢 : 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

2026/04/30 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 Hip & Leg Kokoro.O	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Shuri.M	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 Hip & Leg Kokoro.O	close		13:30 ~ 14:30 Waist Shuri.M	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Honoka.T		
		18:00 ~ 19:00 Basic 未定			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Koto.A	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Koto.A		18:00 ~ 19:00 Basic Ayumu.T
		19:30 ~ 20:30 Back & Arm Koto.A			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Koto.A	19:30 ~ 20:30 Basic 未定		19:30 ~ 20:30 Waist Ayumu.T
		21:00 ~ 22:00 Waist Koto.A			21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Waist Ayumu.T		21:00 ~ 22:00 Basic 未定
		close			15:00 ~ 16:00 Back & Arm Honoka.T	close		17:30 ~ 18:30 Basic 未定
					15:00 ~ 16:00 Back & Arm Honoka.T			

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 Waist Ayumu.T	17:30 ~ 18:30 Waist Ayumu.T		
	close			18:00 ~ 19:00 Pre Basic Honoka.T	18:00 ~ 19:00 Waist Ayumu.T		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Koto.A
				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Honoka.T	19:30 ~ 20:30 Basic 未定		19:30 ~ 20:30 Back & Arm Koto.A
				21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Koto.A		21:00 ~ 22:00 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。