

pilatesK 南草津店

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/04/16 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 Basic rina	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg rina	10:30 ~ 11:30 jump to burn Haruka.N	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Kana.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Honoka.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg rina	
12:00 ~ 13:00 jump to burn Haruka.N	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Ayu	12:30 ~ 13:30 Basic Luca		12:00 ~ 13:00 Shape up waist momo.O	12:00 ~ 13:00 Basic Ayu		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Ayu	
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg rina	13:30 ~ 14:30 Basic rina	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 未定		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Haruka.N	13:30 ~ 14:30 Waist Honoka.K		13:30 ~ 14:30 Basic rina	
close	15:00 ~ 16:00 Waist Ayu	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Luca		15:00 ~ 16:00 Back & Arm Kana.S	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Ayu		close	
	close			close	close			
	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Ayu			17:30 ~ 18:30 Release&Strength Haruka.N	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Honoka.K			
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Haruka.N							18:00 ~ 19:00 Back & Arm HADUKI.I	18:00 ~ 19:00 jump to burn Ayu
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Ayu							19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Haruka.N	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Haruka.N
21:00 ~ 22:00 Waist Ayu							21:00 ~ 22:00 Basic Haruka.N	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Haruka.N

pilatesK 南草津店

【 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 rina	10:30 ~ 11:30 Back & Arm MUTSUKI.I	close	10:30 ~ 11:30 Basic rina	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg rina	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Ayu	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Haruka.N		
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg rina	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Ayu		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg rina	12:30 ~ 13:30 jump to burn Haruka.N		12:00 ~ 13:00 Basic rina	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Ayu		
13:30 ~ 14:30 jump to burn Haruka.N	14:30 ~ 15:30 Back & Arm MUTSUKI.I		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Ayu	close		close	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg rina	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Ayu	
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Haruka.N	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Ayu						15:00 ~ 16:00 jump to burn Haruka.N	15:00 ~ 16:00 close	
close							17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Haruka.N		
17:30 ~ 18:30 Pre Basic Haruka.N				18:00 ~ 19:00 Waist Ayu		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Haruka.N	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Anna	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Risa.F	
				19:30 ~ 20:30 jump to burn Haruka.N		19:30 ~ 20:30 Shape up waist momo.O	19:30 ~ 20:30 Basic Ayu	19:30 ~ 20:30 Waist momo.O	
				21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未定		21:00 ~ 22:00 Pilates Barre momo.O	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Anna	21:00 ~ 22:00 Release&Strength momo.O	

🟢：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。

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Honoka.K	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Haruka.N	10:30 ~ 11:30 Basic rina	close	10:30 ~ 11:30 Waist 未定	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Ayu		
12:30 ~ 13:30 Release&Strength Haruka.N		12:00 ~ 13:00 Basic rina	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg rina		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Haruka.N	12:00 ~ 13:00 jump to burn Ayu	12:30 ~ 13:30 Waist 未定		
14:30 ~ 15:30 Waist Honoka.K		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg rina	close		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Haruka.N	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未定	14:30 ~ 15:30 Basic 未定		
16:30 ~ 17:30 Pre Basic Haruka.N		close			15:00 ~ 16:00 Basic 未定	15:00 ~ 16:00 close	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Ayu		
close					17:30 ~ 18:30 Shape up waist Ayu	close	18:00 ~ 19:00 Basic Risa.F	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Risa.F	
					18:00 ~ 19:00 jump to burn Risa.F		18:00 ~ 19:00 Basic Haruka.N	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	18:00 ~ 19:00 Basic 未定
					19:30 ~ 20:30 Back & Arm 未定		19:30 ~ 20:30 Pre Basic Haruka.N	19:30 ~ 20:30 Waist 未定	19:30 ~ 20:30 Basic 未定
					21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Ayu		21:00 ~ 22:00 Waist 未定	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Haruka.N	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Ayu

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 未定	close	close	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 jump to burn Haruka.N	10:30 ~ 11:30 Basic 未定			
	12:00 ~ 13:00 Release&Strength momo.O			12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Ayu	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定				
	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre momo.O			14:00 ~ 15:00 Waist 未定	13:30 ~ 14:30 Basic 未定	13:30 ~ 14:30 Waist 未定	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Haruka.N		
	15:00 ~ 16:00 Waist 未定			15:30 ~ 16:30 Basic 未定	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Haruka.N	15:00 ~ 16:00 close	16:30 ~ 17:30 Waist 未定		
	17:30 ~ 18:30 Basic 未定			close	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Ayu	close	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Natsuho.S	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Anna	18:00 ~ 19:00 jump to burn Haruka.N
	close				18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定		19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Anna	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Haruka.N
					21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未定		21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Waist 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。