

pilatesK 函館店

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/04/15 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 Back & Arm Miaki.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miaki.H	10:30 ~ 11:30 jump to burn Karin.W	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miku.Y	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Miaki.H	close	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Miku.Y	
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Arisa.Y	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Miku.Y	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y	12:00 ~ 13:00 Waist Miaki.H	12:00 ~ 13:00 Basic Karin.W	12:00 ~ 13:00 jump to burn Karin.W		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Miaki.H	
13:30 ~ 14:30 Waist Miaki.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Miaki.H	14:30 ~ 15:30 Shape up waist Karin.W	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Miku.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Arisa.Y	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Miaki.H		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Miaki.H	
close	15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Miku.Y	16:30 ~ 17:30 Basic Arisa.Y	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Karin.W	15:00 ~ 16:00 Shape up waist Karin.W	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Miku.Y		close	
	close	close	close	close	close			
	17:30 ~ 18:30 Waist Miaki.H		17:30 ~ 18:30 Back & Arm Miaki.H	17:30 ~ 18:30 Basic Arisa.Y	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Karin.W			
18:00 ~ 19:00 jump to burn Karin.W	close	close	close	close	close		18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Arisa.Y	18:00 ~ 19:00 Waist Miaki.H
19:30 ~ 20:30 Basic Arisa.Y							19:30 ~ 20:30 Waist Karin.W	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Karin.W							21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Arisa.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Arisa.Y

pilatesK 函館店

【 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 Waist Miaki.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Miaki.H	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Miku.Y	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miku.Y	close	close	close
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Arisa.Y	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Miku.Y		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Miku.Y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Miaki.H			
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Miaki.H	14:30 ~ 15:30 Basic Miku.Y		13:30 ~ 14:30 jump to burn Karin.W				
15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Arisa.Y	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Miaki.H						
close							
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Miaki.H							
close							

👉：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			
close	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miaki.H	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Miku.Y	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Arisa.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Arisa.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mina.N			
12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Karin.W		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Arisa.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Miaki.H		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Miku.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mina.N	12:30 ~ 13:30 Basic Arisa.Y			
14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y		13:30 ~ 14:30 Waist Miaki.H	close		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Miku.Y	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Mina.N			
16:30 ~ 17:30 Basic Arisa.Y		close			15:00 ~ 16:00 Back & Arm Mina.N	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Mina.N	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y		
close					17:30 ~ 18:30 Reset Flow Miku.Y		18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Miku.Y	18:00 ~ 19:00 Waist Miaki.H	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mina.N	18:00 ~ 19:00 Waist Miaki.H
					19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y		19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mina.N	19:30 ~ 20:30 Basic Arisa.Y	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Miku.Y	close
					21:00 ~ 22:00 Pre Basic Miku.Y		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Miaki.H	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Arisa.Y	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Miaki.H	

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 Stretch & Conditioning Arisa.Y	close	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miaki.H	10:30 ~ 11:30 Waist Miaki.H	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Miku.Y		
	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Miku.Y			12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mina.N	12:00 ~ 13:00 Basic Arisa.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Miaki.H		
	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Arisa.Y			14:00 ~ 15:00 Back & Arm Mina.N	13:30 ~ 14:30 Waist Miaki.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mina.N	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Miku.Y	
	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Miku.Y			15:30 ~ 16:30 Pre Basic Miku.Y	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Arisa.Y	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Mina.N	
	close			17:30 ~ 18:30 Waist Arisa.Y		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Arisa.Y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mina.N	close
				19:30 ~ 20:30 jump to burn Miku.Y		19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mina.N	19:30 ~ 20:30 Reset Flow Miku.Y	
				21:00 ~ 22:00 Basic Arisa.Y		21:00 ~ 22:00 Pre Basic Miku.Y	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mina.N	

👉 : 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。