

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

pilatesK 蔵店		【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール						2020/04/14 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 Body Balance aina.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist YUNA.S	10:30 ~ 11:30 Waist Shiori.S	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.h	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Shiori.S	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning aina.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Aino.H	
12:00 ~ 13:00 Back&Arm halu.a	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Aino.H	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Kaho.h	12:00 ~ 13:00 Waist Shiori.S	12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.h	12:00 ~ 13:00 Back&Arm halu.a		12:00 ~ 13:00 Waist aina.K	
13:30 ~ 14:30 Waist aina.K	13:30 ~ 14:30 Body Balance aina.K	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Shiori.S	13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Kaho.h	13:30 ~ 14:30 Waist Shiori.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre aina.K		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Aino.H	
close	15:00 ~ 16:00 Waist YUNA.S	16:30 ~ 17:30 Basic Kaho.h	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Shiori.S	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Kaho.h	15:00 ~ 16:00 Back&Arm halu.a		close	
	close	close	close	close	close			
	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Aino.H		17:30 ~ 18:30 Back&Arm Kaho.h	17:30 ~ 18:30 Basic Shiori.S	17:30 ~ 18:30 Body Balance aina.K			
18:00 ~ 19:00 Basic Shiori.S	close	close	close	close	close		18:00 ~ 19:00 Pilates Barre aina.K	18:00 ~ 19:00 Waist Kaho.h
19:30 ~ 20:30 Back&Arm halu.a							19:30 ~ 20:30 Basic Kaho.h	19:30 ~ 20:30 Body Balance suzu.i
21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Shiori.S							21:00 ~ 22:00 Back&Arm Kaho.h	21:00 ~ 22:00 Basic suzu.i

【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

pilatesK 蔵店		【 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 Pilates Cardio Kaho.h	10:30 ~ 11:30 Basic suzu.i	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kaho.h	10:30 ~ 11:30 Back&Arm halu.a	close	close	close		
12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning aina.K	12:00 ~ 13:00 Waist Kaho.h		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre aina.K	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning aina.K					
13:30 ~ 14:30 Back&Arm halu.a	14:30 ~ 15:30 Body Balance suzu.i		13:30 ~ 14:30 Basic Kaho.h						
15:00 ~ 16:00 Basic Kaho.h	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Kaho.h		close	18:00 ~ 19:00 Back&Arm halu.a				18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Shiori.S	18:00 ~ 19:00 Basic Yumiko.K
close	close			19:30 ~ 20:30 Basic Shiori.S				19:30 ~ 20:30 Waist Kaho.h	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kaho.h
17:30 ~ 18:30 Back&Arm halu.a				21:00 ~ 22:00 Back&Arm halu.a				21:00 ~ 22:00 Basic Shiori.S	21:00 ~ 22:00 Waist Yumiko.K

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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週間前までお問い合わせしております。
 ・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 蔵店 【 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										
10:30 ~ 11:30 Back&Arm Kaho.h	close	10:30 ~ 11:30 Basic Shiori.S	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Shiori.S	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kaho.h	10:30 ~ 11:30 Basic Shiori.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kaho.h										
12:30 ~ 13:30 Basic Shiori.S		12:00 ~ 13:00 Body Balance aina.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Kaho.h		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Shiori.S	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre aina.K	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning aina.K										
14:30 ~ 15:30 Waist Kaho.h		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Shiori.S	close		close	13:30 ~ 14:30 Basic Kaho.h	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Shiori.S	14:30 ~ 15:30 Basic Kaho.h									
16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Shiori.S		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Body Balance aina.K	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre aina.K							
close									close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Waist Shiori.S	close			
													18:00 ~ 19:00 Pre Basic Aino.H		18:00 ~ 19:00 Waist aina.K	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre aina.K	18:00 ~ 19:00 Body Balance aina.K
													19:30 ~ 20:30 Back&Arm Kaho.h		19:30 ~ 20:30 Basic Kaho.h	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Shiori.S	19:30 ~ 20:30 Waist Shiori.S
													21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Aino.H		21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning aina.K	21:00 ~ 22:00 Basic Shiori.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre aina.K

pilatesK 蔵店 【 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 Pilates Barre Aino.H	close	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning aina.K	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Shiori.S	10:30 ~ 11:30 Body Balance aina.K													
	12:00 ~ 13:00 Back&Arm aina.K			12:00 ~ 13:00 Basic YUNA.S	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning aina.K	12:30 ~ 13:30 Basic Shiori.S													
	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Aino.H			14:00 ~ 15:00 Waist Yumiko.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre aina.K	13:30 ~ 14:30 Waist Shiori.S	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre aina.K												
	15:00 ~ 16:00 Waist aina.K			15:30 ~ 16:30 Back&Arm aina.K	close	close	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre aina.K	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Shiori.S										
	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Aino.H			close				close	close	close	close								
	close											close	close	close	close	close			
																	18:00 ~ 19:00 Basic Yumiko.K	18:00 ~ 19:00 Back&Arm halu.a	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Shiori.S
																	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning aina.K	19:30 ~ 20:30 Basic Shiori.S	19:30 ~ 20:30 Shape up waist YUNA.S
																	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Yumiko.K	21:00 ~ 22:00 Waist halu.a	21:00 ~ 22:00 Basic Shiori.S

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお申し付けください。
 ・レッスン開始前1週間前までのキャンセルは尚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に1回に制限されます。