pilatesK　和光市店　【　06/01　～　06/08　】　スケジュール

2026/05/13　更新

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 halu.a 12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 Kira.t 13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 halu.a close 18:00 ～ 19:00 jump to burn Yumiko.K 19:30 ～ 20:30 Pre Basic 🔰 Aino.H 21:00 ～ 22:00 Release&Strength Yumiko.K	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 halu.a 12:30 ～ 13:30 jump to burn Kotono.C close 18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Ai.I 19:30 ～ 20:30 Pilates Cardio Aino.H 21:00 ～ 22:00 Hip Punch Ai.I	close	10:30 ～ 11:30 jump to burn Yumiko.K 12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 halu.a 13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Yumiko.K close 18:00 ～ 19:00 Stretch＆Conditioning 🔰 Mao 19:30 ～ 20:30 Waist 🔰 halu.a 21:00 ～ 22:00 Pilates Cardio Mao	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 halu.a 12:00 ～ 13:00 Body Balance asami.T 13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 halu.a 15:00 ～ 16:00 Pilates Cardio Aino.H 17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg 🔰 asami.T close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Ai.I 12:30 ～ 13:30 Basic 🔰 yuri.o 14:30 ～ 15:30 Hip Punch Ai.I 16:30 ～ 17:30 Waist 🔰 yuri.o close	close

pilatesK　和光市店　【　06/09　～　06/16　】　スケジュール

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ～ 11:30 Pre Basic 🔰 Aino.H 12:00 ～ 13:00 Hip Punch Ai.I 13:30 ～ 14:30 Pilates Barre Aino.H close 18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 halu.a 19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 Ai.I 21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 halu.a	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Ai.I 12:30 ～ 13:30 Basic 🔰 Yumiko.K close 18:00 ～ 19:00 Release&Strength Yumiko.K 19:30 ～ 20:30 Waist 🔰 halu.a 21:00 ～ 22:00 Back＆Arm 🔰 halu.a	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 halu.a 12:00 ～ 13:00 Pre Basic 🔰 Aino.H 13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 halu.a close 18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 🔰 Ai.I 19:30 ～ 20:30 Pilates Barre Aino.H 21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 Ai.I	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 Ai.I 12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 HIBIKI 13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 Ai.I 15:00 ～ 16:00 Hip Punch Ai.I 17:30 ～ 18:30 Waist 🔰 HIBIKI close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Ai.I 12:30 ～ 13:30 Release&Strength Yumiko.K 14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg 🔰 Ai.I 16:30 ～ 17:30 Basic 🔰 Yumiko.K close	close	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 halu.a 12:00 ～ 13:00 Pre Basic 🔰 Aino.H 13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 halu.a close 18:00 ～ 19:00 Release&Strength Yumiko.K 19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 Aino.H 21:00 ～ 22:00 jump to burn Yumiko.K

🔰：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時間前を切っての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　和光市店　【　06/17　～　06/24　】　スケジュール

2026/05/13　更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 Yumiko.K	close	10:30 ～ 11:30 Pre Basic 🔰 Aino.H	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Yumiko.K	10:30 ～ 11:30 Release&Strength Yumiko.K	close	10:30 ～ 11:30 Hip Punch Ai.I	10:30 ～ 11:30 Pilates Barre Aino.H
12:30 ～ 13:30 Pilates Cardio Aino.H		12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 Ai.I	12:00 ～ 13:00 Release&Strength Yumiko.K	12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg 🔰 Ai.I		12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 halu.a	12:30 ～ 13:30 Basic 🔰 インストラクター未確定
close		13:30 ～ 14:30 Pilates Cardio Aino.H	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Kira.t	14:30 ～ 15:30 Basic 🔰 Yumiko.K		13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Ai.I	close
		close	15:00 ～ 16:00 jump to burn Yumiko.K	16:30 ～ 17:30 Hip Punch Ai.I		close	
			17:30 ～ 18:30 Basic 🔰 Kira.t	close			
18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 halu.a	18:00 ～ 19:00 Pilates Cardio Aino.H	18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Yumiko.K	close			18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 Yumiko.K	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 🔰 Ai.I
19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 Yumiko.K	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 🔰 Ai.I	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 Ai.I				19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 インストラクター未確定	19:30 ～ 20:30 Hip Punch Ai.I
21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 halu.a	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 🔰 Ai.I	21:00 ～ 22:00 Release&Strength Yumiko.K				21:00 ～ 22:00 Release&Strength Yumiko.K	21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 インストラクター未確定

pilatesK　和光市店　【　06/25　～　06/30　】　スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
木	金	土	日	月	火
close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Aino.H	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Ai.I	10:30 ～ 11:30 Pilates Barre Aino.H	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 halu.a
	12:00 ～ 13:00 Hip Punch Ai.I	12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 インストラクター未確定	12:30 ～ 13:30 Waist 🔰 Yumiko.K		12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 インストラクター未確定
	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Aino.H	13:30 ～ 14:30 Hip Punch Ai.I	14:30 ～ 15:30 Pre Basic 🔰 Aino.H		close
	close	15:00 ～ 16:00 Basic 🔰 インストラクター未確定	16:30 ～ 17:30 jump to burn Yumiko.K		
		17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg 🔰 Ai.I	close		
18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 halu.a	18:00 ～ 19:00 Release&Strength Yumiko.K	close			18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Ai.I
19:30 ～ 20:30 Pre Basic 🔰 Aino.H	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 🔰 halu.a				19:30 ～ 20:30 Pilates Barre Aino.H
21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 halu.a	21:00 ～ 22:00 jump to burn Yumiko.K				21:00 ～ 22:00 Hip Punch Ai.I

🔰：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時間前を切っての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。