

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 Stretch & Conditioning CHIHARU.n	10:30 ~ 11:30 Basic MOMOKA.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg CHIHARU.n	10:30 ~ 11:30 Waist MOMOKA.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Erina.K	close	
	12:00 ~ 13:00 jump to burn MOMOKA.K	12:30 ~ 13:30 Waist AYUMI.F		12:00 ~ 13:00 Basic Erina.K	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning CHIHARU.n	12:30 ~ 13:30 Waist AYUMI.F		
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg CHIHARU.n	close		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning CHIHARU.n	13:30 ~ 14:30 Basic Erina.K	14:30 ~ 15:30 jump to burn Erina.K		
	18:00 ~ 19:00 Basic Erina.K			18:00 ~ 19:00 Back & Arm CHIHARU.n	18:00 ~ 19:00 Waist AYUMI.F	18:00 ~ 19:00 Waist AYUMI.F		17:30 ~ 18:30 Body Balance Erina.K
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Erina.K			19:30 ~ 20:30 Waist AYUMI.F	19:30 ~ 20:30 Basic Erina.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm YUKA.I		close
	21:00 ~ 22:00 Waist AYUMI.F			21:00 ~ 22:00 Hip & Leg CHIHARU.n	21:00 ~ 22:00 jump to burn Erina.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg YUKA.I		

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 Back & Arm Erina.K	10:30 ~ 11:30 Waist AYUMI.F	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm CHIHARU.n	10:30 ~ 11:30 jump to burn MOMOKA.K	10:30 ~ 11:30 Waist AYUMI.F	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Erina.K	
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Erina.K	12:30 ~ 13:30 Body Balance Erina.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Erina.K	12:00 ~ 13:00 Basic MOMOKA.K	12:30 ~ 13:30 Basic MOMOKA.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm CHIHARU.n	
13:30 ~ 14:30 Waist AYUMI.F	close		13:30 ~ 14:30 Basic Erina.K	13:30 ~ 14:30 Waist AYUMI.F	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg CHIHARU.n		13:30 ~ 14:30 Basic Erina.K	
close			18:00 ~ 19:00 jump to burn MOMOKA.K	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning CHIHARU.n	18:00 ~ 19:00 Waist AYUMI.F		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg CHIHARU.n	18:00 ~ 19:00 Waist AYUMI.F
			19:30 ~ 20:30 Basic Erina.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg MOMOKA.K	19:30 ~ 20:30 Body Balance Erina.K		19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning CHIHARU.n	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg CHIHARU.n
			21:00 ~ 22:00 Body Balance MOMOKA.K	21:00 ~ 22:00 Basic MOMOKA.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm MOMOKA.K		21:00 ~ 22:00 Waist AYUMI.F	21:00 ~ 22:00 Waist AYUMI.F

👉：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 ドン・キホーテ二俣川

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/18 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 MOMOKA.K	close	10:30 ~ 11:30 Waist	10:30 ~ 11:30 Waist	10:30 ~ 11:30 Basic	close	10:30 ~ 11:30 Waist	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg						
12:30 ~ 13:30 jump to burn MOMOKA.K		12:00 ~ 13:00 Basic	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg	12:30 ~ 13:30 Waist		12:00 ~ 13:00 Body Balance	12:30 ~ 13:30 Back & Arm						
close		13:30 ~ 14:30 jump to burn	13:30 ~ 14:30 Basic	14:30 ~ 15:30 Back & Arm		13:30 ~ 14:30 Waist	close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg	18:00 ~ 19:00 Basic				
		15:00 ~ 16:00 Back & Arm	16:30 ~ 17:30 Waist	close		close		19:30 ~ 20:30 Back & Arm	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning				
		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg	18:00 ~ 19:00 jump to burn					18:00 ~ 19:00 Basic	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning	close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg	18:00 ~ 19:00 Basic	
		19:30 ~ 20:30 Waist	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning	19:30 ~ 20:30 Back & Arm		close		21:00 ~ 22:00 Back & Arm	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg	21:00 ~ 22:00 Body Balance	close	21:00 ~ 22:00 jump to burn	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg	21:00 ~ 22:00 Body Balance				21:00 ~ 22:00 Back & Arm	21:00 ~ 22:00 jump to burn	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg			
		CHI HARU.n	CHI HARU.n	MOMOKA.K				CHI HARU.n	CHI HARU.n	CHI HARU.n		CHI HARU.n	CHI HARU.n

pilatesK ドン・キホーテ二俣川

【 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	10:30 ~ 11:30 Basic	10:30 ~ 11:30 Body Balance	close	10:30 ~ 11:30 Basic	
	12:00 ~ 13:00 Waist	12:00 ~ 13:00 jump to burn	12:30 ~ 13:30 Basic		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg	
	13:30 ~ 14:30 Basic	13:30 ~ 14:30 Back & Arm	14:30 ~ 15:30 Waist		13:30 ~ 14:30 jump to burn	
	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning	close		close	18:00 ~ 19:00 Basic
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg				17:30 ~ 18:30 Basic
	19:30 ~ 20:30 Waist	19:30 ~ 20:30 jump to burn	close		close	19:30 ~ 20:30 Body Balance
	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning	21:00 ~ 22:00 Waist				21:00 ~ 22:00 Back & Arm
	CHI HARU.n	AYUMI.F				CHI HARU.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。