

pilatesK トキ八大分

【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール

2026/05/07 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 Body Balance Miki.k	10:30 ~ 11:30 Basic karen.M	10:30 ~ 11:30 jump to burn Sakurako.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Miki.k	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Miki.k	10:30 ~ 11:30 Waist Yume.K	10:30 ~ 11:30 Release&Strength karen.M
	12:00 ~ 13:00 Waist Yume.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg karen.M	12:00 ~ 13:00 Release&Strength karen.M	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Sakurako.K	12:00 ~ 13:00 Waist Yume.K	12:30 ~ 13:30 Basic karen.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm karen.M
	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Miki.k	13:30 ~ 14:30 Waist Yume.K	13:30 ~ 14:30 Basic Sakurako.K	13:30 ~ 14:30 jump to burn Sakurako.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Miki.k	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg karen.M	13:30 ~ 14:30 Basic Sakurako.K
					15:00 ~ 16:00 Basic Sakurako.K	16:30 ~ 17:30 Waist Yume.K	
					16:30 ~ 17:30 Waist Yume.K		
					18:00 ~ 19:00 jump to burn Sakurako.K		
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Miki.k	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Sakurako.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg karen.M	18:00 ~ 19:00 Release&Strength karen.M			18:00 ~ 19:00 Waist Yume.K
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg karen.M	19:30 ~ 20:30 jump to burn Sakurako.K	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Miki.k	19:30 ~ 20:30 Waist Yume.K			19:30 ~ 20:30 Pre Basic Miki.k
	21:00 ~ 22:00 Release&Strength karen.M	21:00 ~ 22:00 Waist Yume.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Miki.k	21:00 ~ 22:00 Basic karen.M			21:00 ~ 22:00 Body Balance Sakurako.K

pilatesK トキ八大分

【 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 Pilates Barre Rina.A	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Miki.k	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miki.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg karen.M	10:30 ~ 11:30 Basic Sakurako.K	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Miki.k	10:30 ~ 11:30 Basic karen.M
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Miki.k		12:00 ~ 13:00 Waist Yume.K	12:00 ~ 13:00 Body Balance Miki.k	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Rina.A	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Miki.k	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Miki.k	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Sakurako.K
13:30 ~ 14:30 Body Balance Miki.k		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Miki.k	13:30 ~ 14:30 Waist Yume.K	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Sakurako.K	14:30 ~ 15:30 Waist Yume.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Miki.k	13:30 ~ 14:30 Release&Strength karen.M
					15:00 ~ 16:00 jump to burn Rina.A	16:30 ~ 17:30 Body Balance Sakurako.K	
					16:30 ~ 17:30 Back & Arm karen.M		
					18:00 ~ 19:00 Waist Sakurako.K		
18:00 ~ 19:00 Basic Sakurako.K		18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Rina.A	18:00 ~ 19:00 Basic karen.M			18:00 ~ 19:00 jump to burn Rina.A	18:00 ~ 19:00 Waist Rina.A
19:30 ~ 20:30 Back & Arm karen.M		19:30 ~ 20:30 Basic Sakurako.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Rina.A			19:30 ~ 20:30 Waist Yume.K	19:30 ~ 20:30 Body Balance Miki.k
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Sakurako.K		21:00 ~ 22:00 jump to burn Sakurako.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg karen.M			21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Rina.A	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Miki.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 トキ八大分

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/07 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
close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Miki.k	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rina.A	10:30 ~ 11:30 Waist Yume.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Rina.A	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miki.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakurako.K	close
	12:00 ~ 13:00 Basic karen.M	12:00 ~ 13:00 Waist Yume.K	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Miki.k	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Sakurako.K	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Miki.k	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Rina.A	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg karen.M	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Rina.A	13:30 ~ 14:30 Body Balance Miki.k	14:30 ~ 15:30 jump to burn Rina.A	13:30 ~ 14:30 Waist Yume.K	13:30 ~ 14:30 Basic Sakurako.K	
			15:00 ~ 16:00 Pre Basic Miki.k	16:30 ~ 17:30 Basic Sakurako.K			
			16:30 ~ 17:30 Waist Yume.K				
			18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Miki.k				
	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Miki.k	18:00 ~ 19:00 Waist Yume.K			18:00 ~ 19:00 Basic Sakurako.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Miki.k	
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Miki.k	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Miki.k			19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Rina.A	19:30 ~ 20:30 Release&Strength karen.M	
	21:00 ~ 22:00 Waist Yume.K	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Miki.k			21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Sakurako.K	21:00 ~ 22:00 Waist Yume.K	

pilatesK トキ八大分

【 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
10:30 ~ 11:30 Waist Yume.K	10:30 ~ 11:30 Body Balance Miki.k	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miki.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg karen.M	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yoshino.T
12:00 ~ 13:00 Body Balance Miki.k	12:00 ~ 13:00 Basic Sakurako.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg karen.M	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Rina.A		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Miki.k
13:30 ~ 14:30 Pre Basic Miki.k	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Sakurako.K	13:30 ~ 14:30 jump to burn Sakurako.K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Yoshino.T		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Miki.k
		15:00 ~ 16:00 Release&Strength karen.M	16:30 ~ 17:30 Waist Yume.K		
		16:30 ~ 17:30 Back & Arm Yoshino.T			
		18:00 ~ 19:00 Basic Sakurako.K			
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg karen.M	18:00 ~ 19:00 Release&Strength karen.M				18:00 ~ 19:00 jump to burn Rina.A
19:30 ~ 20:30 jump to burn Sakurako.K	19:30 ~ 20:30 Waist Yume.K				19:30 ~ 20:30 Basic karen.M
21:00 ~ 22:00 Basic karen.M	21:00 ~ 22:00 Back & Arm karen.M				21:00 ~ 22:00 Waist Yume.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。