

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	10:30 ~ 11:30 Waist halu.a	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Yumiko.K	10:30 ~ 11:30 Waist halu.a	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ai.I	close											
	12:00 ~ 13:00 Basic Kira.t	12:00 ~ 13:00 jump to burn Kotono.C		12:00 ~ 13:00 Back&Arm halu.a	12:00 ~ 13:00 Body Balance asami.T	12:30 ~ 13:30 Basic yuri.o												
	13:30 ~ 14:30 Waist halu.a	close		13:30 ~ 14:30 Basic Yumiko.K	13:30 ~ 14:30 Back&Arm halu.a	14:30 ~ 15:30 Hip Punch Ai.I												
	close			18:00 ~ 19:00 jump to burn Yumiko.K	18:00 ~ 19:00 Basic Ai.I	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Aino.H		18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Mao	close									
				19:30 ~ 20:30 Pre Basic Aino.H	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Aino.H	19:30 ~ 20:30 Basic Ai.I		19:30 ~ 20:30 Waist halu.a										
				21:00 ~ 22:00 Release&Strength Yumiko.K	21:00 ~ 22:00 Hip Punch Ai.I	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Aino.H		21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Mao										
				close	close	close		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Aino.H		16:30 ~ 17:30 Waist yuri.o								
								17:30 ~ 18:30 Hip & Leg asami.T		close								
								close			close	close						
													close	close	close			
																close	close	close
close		close	close															

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	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ai.I	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm halu.a	10:30 ~ 11:30 Basic Ai.I	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Ai.I	close	10:30 ~ 11:30 Waist halu.a										
12:00 ~ 13:00 Hip Punch Ai.I	12:00 ~ 13:00 Basic Yumiko.K		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Aino.H	12:00 ~ 13:00 Waist HIBIKI	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Yumiko.K		12:30 ~ 13:30 Pre Basic Aino.H										
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Aino.H	close		13:30 ~ 14:30 Waist halu.a	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Ai.I	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Ai.I		13:30 ~ 14:30 Back&Arm halu.a										
close			18:00 ~ 19:00 Back&Arm halu.a	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Yumiko.K	18:00 ~ 19:00 Basic Yumiko.K		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ai.I	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Yumiko.K									
			19:30 ~ 20:30 Basic Ai.I	19:30 ~ 20:30 Waist halu.a	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Aino.H		19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Aino.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Aino.H									
			21:00 ~ 22:00 Waist halu.a	21:00 ~ 22:00 Back&Arm halu.a	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Yumiko.K		21:00 ~ 22:00 Basic Ai.I	21:00 ~ 22:00 jump to burn Yumiko.K									
			close	close	close		close	15:00 ~ 16:00 Hip Punch Ai.I	16:30 ~ 17:30 Basic Yumiko.K								
								17:30 ~ 18:30 Waist HIBIKI	close								
								close		close	close						
												close	close	close			
															close	close	close
	close	close	close														

・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週間前までにお申し込みしております。
 ・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 和光市店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/06/04 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	
12:00 ~ 13:30 Pilates Cardio Aino.H		12:00 ~ 13:30 Back & Arm Ai.I	12:00 ~ 13:30 Release&Strength Yumiko.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Ai.I		12:00 ~ 13:30 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		close	13:30 ~ 14:30 Basic Ai.I	close
		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		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 Pilates Barre 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 ~ 13:30 Hip Punch Ai.I	12:00 ~ 13:30 Basic インストラクター未確定	12:30 ~ 13:30 Waist Yumiko.K		12:00 ~ 13:30 Basic インストラクター未確定		
	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Aino.H	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Ai.I	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Aino.H		close	close	
	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		close	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

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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週間前までにお申し込みください。
 ・レッスン開始時間1週間前までのキャンセルは時間前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。