

pilatesK ヤオコー福生牛浜 【 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<br>Waist<br>未定       | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>sayaka.K     | close | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>未定       | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>YUNA.S       | close | close |
|       | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>sayaka.K | 12:30 ~ 13:30<br>Hip & Leg<br>Camila.K |       | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>sayaka.K | 12:30 ~ 13:30<br>Hip & Leg<br>Camila.K |       |       |
|       | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>sayaka.K | 18:00 ~ 19:00<br>Waist<br>YUNA.S       |       | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>YUNA.S   | 18:00 ~ 19:00<br>Waist<br>未定           |       |       |
|       | 19:30 ~ 20:30<br>Hip & Leg<br>未定   | 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>YUNA.S       |       | 19:30 ~ 20:30<br>Waist<br>未定       | 19:30 ~ 20:30<br>Hip & Leg<br>yukika.s |       |       |
|       |                                    |  |       |                                    |  |       |       |
|       |                                    |  |       |                                    |  |       |       |
|       |                                    |  |       |                                    |  |       |       |
|       |                                    |  |       |                                    |  |       |       |
|       |                                    |  |       |                                    |  |       |       |
|       |                                    |  |       |                                    |  |       |       |

pilatesK ヤオコー福生牛浜 【 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<br>Basic<br>YUNA.S   | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>Rei.U | close | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>YUNA.S        | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>Camila.K | close | close | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>YUNA.S |
| 12:30 ~ 13:30<br>Waist<br>YUNA.S   | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>YUNA.S     |       | 12:30 ~ 13:30<br>Back & Arm<br>sayaka.K | 12:30 ~ 13:30<br>Waist<br>YUNA.S        |       |       | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>YUNA.S |
| 18:00 ~ 19:00<br>Waist<br>未定       | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>YUNA.S     |       | 18:00 ~ 19:00<br>Waist<br>未定            | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>sayaka.K      |       |       | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>YUNA.S |
| 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>sayaka.K | 19:30 ~ 20:30<br>Waist<br>未定         |       | 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>sayaka.K      | 19:30 ~ 20:30<br>Waist<br>YUNA.S        |       |       | 19:30 ~ 20:30<br>Waist<br>未定     |
|                                    |                                      |       |   |   |       |       |                                  |
|                                    |                                      |       |   |   |       |       |                                  |
|                                    |                                      |       |   |   |       |       |                                  |
|                                    |                                      |       |   |   |       |       |                                  |
|                                    |                                      |       |   |   |       |       |                                  |
|                                    |                                      |       |   |   |       |       |                                  |

🟢：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。

| 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<br>Hip & Leg<br>Camila.K | close | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>未定            | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>sayaka.K      | close | close | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>Camila.K      | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>未定      |  |  |  |
| 12:30 ~ 13:30<br>Waist<br>未定           |       | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>sayaka.K      | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>YUNA.S        |       |       | 12:30 ~ 13:30<br>Back & Arm<br>未定       | 12:30 ~ 13:30<br>Hip & Leg<br>Camila.K |  |  |  |
| 18:00 ~ 19:00<br>Waist<br>未定           |       | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>sayaka.K      | 18:00 ~ 19:00<br>Back & Arm<br>sayaka.K |       |       | 18:00 ~ 19:00<br>Back & Arm<br>未定       | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>sayaka.K     |  |  |  |
| 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>Camila.K     |       | 19:30 ~ 20:30<br>Back & Arm<br>sayaka.K | 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>sayaka.K      |       |       | 19:30 ~ 20:30<br>Hip & Leg<br>Camila.K  | 19:30 ~ 20:30<br>Back & Arm<br>未定      |  |  |  |
|  |       |   |   |       |       | 14:30 ~ 15:30<br>Waist<br>YUNA.S        |  |  |  |  |
|  |       |   |   |       |       | close                                   |  |  |  |  |
|  |       |   |   |       |       | 17:00 ~ 18:00<br>Back & Arm<br>sayaka.K |  |  |  |  |
|  |       |   |   |       |       | close                                   |  |  |  |  |
|  |       |   |   |       |       | close                                   |  |  |  |  |
|  |       |   |   |       |       | close                                   |  |  |  |  |

| 06/25 | 06/26                              | 06/27                              | 06/28 | 06/29 | 06/30                              |  |  |
|-------|------------------------------------|------------------------------------|-------|-------|------------------------------------|--|--|
| 木     | 金                                  | 土                                  | 日     | 月     | 火                                  |  |  |
| close | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>sayaka.K | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>未定  | close | close | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>未定  |  |  |
|       | 12:30 ~ 13:30<br>Back & Arm<br>未定  | 12:30 ~ 13:30<br>Waist<br>sayaka.K |       |       | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>sayaka.K |  |  |
|       | 18:00 ~ 19:00<br>Waist<br>未定       | 18:00 ~ 19:00<br>Back & Arm<br>未定  |       |       | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>sayaka.K |  |  |
|       | 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>sayaka.K | 19:30 ~ 20:30<br>Waist<br>sayaka.K |       |       | 19:30 ~ 20:30<br>Waist<br>未定       |  |  |
|       |                                    |                                    |       |       | 14:30 ~ 15:30<br>Basic<br>sayaka.K |  |  |
|       |                                    |                                    |       |       | close                              |  |  |
|       |                                    |                                    |       |       | 17:00 ~ 18:00<br>Back & Arm<br>未定  |  |  |
|       |                                    |                                    |       |       | close                              |  |  |
|       |                                    |                                    |       |       | close                              |  |  |
|       |                                    |                                    |       |       | close                              |  |  |

👉 : 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。