

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 Waist Miaki.H	10:30 ~ 11:30 Basic Miku.y	close	10:30 ~ 11:30 Waist Miaki.H	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Mina.N	10:30 ~ 11:30 Basic Arisa.Y	close			
	12:00 ~ 13:00 Basic Miku.y	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Miku.y		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Mina.N	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Miku.y	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Mina.N				
	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Miaki.H	close		13:30 ~ 14:30 jump to burn Miku.y	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Miaki.H	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Arisa.Y				
	close			18:00 ~ 19:00 Pre Basic Miku.y	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Miku.y	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Miaki.H		18:00 ~ 19:00 Reset Flow Miku.y	close	
				19:30 ~ 20:30 Back&Arm Mina.N	19:30 ~ 20:30 Waist Miaki.H	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Miku.y		19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Mina.N		
				21:00 ~ 22:00 jump to burn Miku.y	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Mina.N	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Miku.y		21:00 ~ 22:00 Pre Basic Miku.y		
				close	close	close		15:00 ~ 16:00 Basic Miku.y		16:30 ~ 17:30 Stretch&Conditioning Arisa.Y
								17:30 ~ 18:30 jump to burn Miku.y		

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 Release&Strength Miku.y	10:30 ~ 11:30 Waist Miaki.H	close	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Arisa.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Miku.y	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miku.y	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Mina.N		
12:00 ~ 13:00 Waist Miaki.H	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning Arisa.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Arisa.Y	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Miaki.H	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Miku.y		12:30 ~ 13:30 Back&Arm Mina.N		
13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Miku.y	close		13:30 ~ 14:30 Back&Arm Mina.N	13:30 ~ 14:30 Basic Arisa.Y	14:30 ~ 15:30 Waist Miaki.H		13:30 ~ 14:30 Waist Miaki.H		
close			18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Mina.N	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Miku.y	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Miku.y		close	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Arisa.Y	
			19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Arisa.Y	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Mina.N	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Mina.N			19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Miku.y	19:30 ~ 20:30 Waist Miaki.H
			21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning Arisa.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Miku.y	21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning Arisa.Y			21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Miaki.H	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Arisa.Y
			close	close	close			15:00 ~ 16:00 Reset Flow Miku.y	16:30 ~ 17:30 jump to burn Miku.y
								17:30 ~ 18:30 Pre Basic Miku.y	

👉：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 函館店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/15 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Pilates Workout		Pre Basic	Basic	Back & Arm		Stretch & Conditioning	Reset Flow
Miku.y		Rico	Arisa.Y	Mina.N		Arisa.Y	Miku.y
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Pre Basic		Waist	Stretch & Conditioning	Waist		Pilates Barre	Pilates Cardio
Miku.y		Arisa.Y	Arisa.Y	Miaki.H		Arisa.Y	Miku.y
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		jump to burn	Back & Arm	Hip & Leg		Back & Arm	
		Rico	Mina.N	Mina.N		Mina.N	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Basic		Waist				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
		Hip & Leg					
		Mina.N					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic	Pilates Cardio	Hip & Leg			Pilates Workout	Pre Basic	
Arisa.Y	Rico	Mina.N			Miku.y	Miku.y	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg	Basic	Stretch & Conditioning			Waist	Back & Arm	
Mina.N	Arisa.Y	Arisa.Y	Miaki.H	Mina.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Stretch & Conditioning	Reset Flow	Basic	Release&Strength	Waist			
Arisa.Y	Rico	Arisa.Y	Miku.y	Miaki.H			

pilatesK 函館店

【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
	Waist	Stretch & Conditioning	Waist		Pilates Barre
	Miaki.H	Arisa.Y	Arisa.Y		Arisa.Y
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
	Hip & Leg	Back & Arm	Pilates Barre		Back & Arm
	Miaki.H	インストラクター未確定	Arisa.Y		インストラクター未確定
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
	Release&Strength	Basic	Back & Arm		Basic
	Miku.y	Arisa.Y	インストラクター未確定		Arisa.Y
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
Hip & Leg	Basic	Hip & Leg	Basic		
Mina.N	Arisa.Y				
close	close	close	close		
				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
				Pilates Barre	Pilates Barre
Arisa.Y	Arisa.Y				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	
Waist	Back & Arm			jump to burn	
Miaki.H	インストラクター未確定			Miku.y	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg	Pre Basic			Reset Flow	
Miaki.H	Miku.y	Miku.y			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Back & Arm	Pilates Workout	Basic	Basic		
Mina.N	Miku.y	Arisa.Y	Arisa.Y		

👉 : 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。