

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 Basic Maho.T	10:30 ~ 11:30 Waist yui.M	close	close	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Karin.N	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Maho.T	close
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Karin.N	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Karin.N				12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nami.F	12:30 ~ 13:30 Waist Nami.F	
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nami.F					13:30 ~ 14:30 Shape up waist Karin.N	14:30 ~ 15:30 Basic Maho.T	
						15:00 ~ 16:00 Waist Nami.F	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Nami.F	
						17:30 ~ 18:30 Back & Spine Karin.N		

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 & Spine Karin.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Karin.N		10:30 ~ 11:30 Basic Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 Waist yui.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nami.F	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nami.F
12:00 ~ 13:00 Basic Maho.T	12:30 ~ 13:30 Waist yui.M		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Maho.T	12:00 ~ 13:00 Body Balance Asuka.H	12:30 ~ 13:30 Waist yui.M		12:00 ~ 13:00 Reset Flow Maho.T
13:30 ~ 14:30 Reset Flow Maho.T	14:00 ~ 14:30 お試し見学会 Karin.N		13:30 ~ 14:30 Body Balance Ikumi.S	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Maho.T	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Nami.F		13:30 ~ 14:30 Basic Maho.T
				15:00 ~ 16:00 Basic Asuka.H	16:30 ~ 17:30 Waist yui.M		
		17:00 ~ 17:30 お試し見学会 Karin.N		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Maho.T			
18:00 ~ 19:00 Body Balance Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Nami.F	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Karin.N	18:00 ~ 19:00 Waist yui.M				18:00 ~ 19:00 Pre Basic Karin.N
19:30 ~ 20:30 Waist yui.M	19:30 ~ 20:30 Reset Flow Maho.T	19:30 ~ 20:30 Waist Nami.F	19:30 ~ 20:30 Basic Maho.T				19:30 ~ 20:30 Back & Arm Nami.F
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Ikumi.S	21:00 ~ 22:00 Basic Maho.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Nami.F	21:00 ~ 22:00 Waist yui.M				21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Karin.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。

pilatesK 松原中央

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/17 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 Waist yui.M		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Karin.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nami.F	10:30 ~ 11:30 Body Balance Ikumi.S	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 Basic Karin.N	
12:30 ~ 13:30 Shape up waist Karin.N		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Karin.N	12:00 ~ 13:00 Waist yui.M	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Maho.T		12:00 ~ 13:00 Body Balance Ikumi.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Nami.F	
		13:30 ~ 14:30 Waist yui.M	13:30 ~ 14:30 Basic Maho.T	14:30 ~ 15:30 Shape up waist Ikumi.S		13:30 ~ 14:30 Waist Nami.F	14:00 ~ 14:30 お試し見学会 Karin.N	
			15:00 ~ 16:00 Waist Nami.F	16:30 ~ 17:30 Basic Maho.T				
			17:30 ~ 18:30 jump to burn Maho.T					
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Maho.T	18:00 ~ 19:00 Waist yui.M	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Karin.N					18:00 ~ 19:00 Waist yui.M	18:00 ~ 19:00 Basic Maho.T
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Karin.N	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Nami.F	19:30 ~ 20:30 Waist Nami.F					19:30 ~ 20:30 Back & Arm Nami.F	19:30 ~ 20:30 Waist yui.M
21:00 ~ 22:00 jump to burn Maho.T	21:00 ~ 22:00 Waist yui.M	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Nami.F					21:00 ~ 22:00 Waist yui.M	21:00 ~ 22:00 Reset Flow Maho.T

pilatesK 松原中央

【 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 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Basic Maho.T	10:30 ~ 11:30 Waist yui.M	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Maho.T	10:30 ~ 11:30 Waist Nami.F
	12:00 ~ 13:00 Waist yui.M	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Karin.N	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Asuka.H	12:00 ~ 13:00 Basic Maho.T	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nami.F
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nami.F	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Maho.T	14:30 ~ 15:30 Waist yui.M	13:30 ~ 14:30 Waist Nami.F	13:30 ~ 14:30 jump to burn Maho.T
		15:00 ~ 16:00 Back & Arm 未定	16:30 ~ 17:30 Body Balance Asuka.H		
		16:30 ~ 17:00 お試し見学会 Karin.N			
		17:30 ~ 18:30 Waist Nami.F			
18:00 ~ 19:00 Waist yui.M	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Maho.T			18:00 ~ 19:00 Waist yui.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定
19:30 ~ 20:30 Basic Haruna.y	19:30 ~ 20:30 Waist yui.M			19:30 ~ 20:30 Back & Arm 未定	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Karin.N
21:00 ~ 22:00 Body Balance Haruna.y	21:00 ~ 22:00 Basic Maho.T			21:00 ~ 22:00 Back & Arm Nami.F	21:00 ~ 22:00 Reset Flow Maho.T

👉 : 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。