

pilatesK

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/06/13 更新

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Yuri.T	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Yuri.T	10:30 ~ 11:30 Waist Hazuki.H	10:30 ~ 11:30 Basic Chihiro.S	close	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Chihiro.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuri.T
12:30 ~ 13:30 Pre Basic Yuri.T		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Yuri.T	12:00 ~ 13:00 Basic Chihiro.S	12:30 ~ 13:30 Waist Hazuki.H		12:00 ~ 13:00 Basic Chihiro.S	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Yuri.T
close		13:30 ~ 14:30 Waist Hazuki.H	13:30 ~ 14:30 Waist Hazuki.H	14:30 ~ 15:30 Basic Chihiro.S		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Yuri.T	close
		close	15:00 ~ 16:00 Basic Chihiro.S	16:30 ~ 17:30 Waist Hazuki.H		close	
			17:30 ~ 18:30 Basic Chihiro.S	close			
18:00 ~ 19:00 Basic Chihiro.S		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Yuri.T	18:00 ~ 19:00 Basic Chihiro.S			close	18:00 ~ 19:00 Waist Hazuki.H
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Yuri.T		19:30 ~ 20:30 Pre Basic Yuri.T	19:30 ~ 20:30 Waist Hazuki.H	19:30 ~ 20:30 Body Balance Yuri.T			19:30 ~ 20:30 Waist Hazuki.H
21:00 ~ 22:00 Basic Chihiro.S		21:00 ~ 22:00 Waist Hazuki.H	21:00 ~ 22:00 Basic Chihiro.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Yuri.T			21:00 ~ 22:00 Basic Chihiro.S

pilatesK

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	10:30 ~ 11:30 Waist Hazuki.H	10:30 ~ 11:30 Basic Chihiro.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Yuri.T	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Hazuki.H	10:30 ~ 11:30 Body Balance Yuri.T	close	
	12:00 ~ 13:00 Body Balance Yuri.T	12:00 ~ 13:00 Waist Hazuki.H	12:30 ~ 13:30 Basic 未定		12:00 ~ 13:00 Waist Chihiro.S	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Yuri.T		
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Hazuki.H	13:30 ~ 14:30 Basic Chihiro.S	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Yuri.T		13:30 ~ 14:30 Basic Chihiro.S	close		
	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Hazuki.H	16:30 ~ 17:30 Basic 未定		close			
		17:30 ~ 18:30 Beauty Conditioning Chihiro.S	close					
	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Yuri.T	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Yuri.T			close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Yuri.T		18:00 ~ 19:00 Basic 未定
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Yuri.T	19:30 ~ 20:30 Basic Chihiro.S	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Hazuki.H			19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning Chihiro.S		19:30 ~ 20:30 Basic 未定
	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hazuki.H	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Chihiro.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Yuri.T			21:00 ~ 22:00 Basic 未定		21:00 ~ 22:00 Waist Hazuki.H

👉：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

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/13 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24													
金	土	日	月	火	水	木	金													
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30													
Basic	Hip & Leg	Pre Basic		Waist	Beauty Conditioning		Back & Arm													
未定	moeko.t	Yuri.T		Hazuki.H	Chihiro.S		Hazuki.H													
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00													
Waist	Basic	Beauty Conditioning		Basic	Hip & Leg		Body Balance													
Hazuki.H	未定	Chihiro.S		Chihiro.S	Yuri.T		Yuri.T													
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30													
Basic	Back & Arm	Basic		Back & Arm	Back & Arm		Pre Basic													
未定	Hazuki.H	Chihiro.S		Hazuki.H	未定		Yuri.T													
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close	close											
	Basic	Hip & Leg																		
	未定	Yuri.T																		
close	17:30 ~ 18:30	close								close	close	close	close							
	Back & Arm																			
	Hazuki.H																			
18:00 ~ 19:00	close													close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Back & Arm			Body Balance			Waist									Back & Arm	Basic				
Hazuki.H			Yuri.T			Hazuki.H									Hazuki.H	Chihiro.S				
19:30 ~ 20:30			close			close									19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist															Back & Arm	Back & Arm	Waist	Beauty Conditioning		
未定															Hazuki.H	Hazuki.H	Hazuki.H	Chihiro.S		
21:00 ~ 22:00															close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Back & Arm																	Pilates Cardio	Basic	Beauty Conditioning	Basic
Hazuki.H																	Yuri.T	未定	Chihiro.S	未定

pilatesK

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31																			
土	日	月	火	水	木	金																			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30																			
Basic	Hip & Leg		Basic	Basic		Basic																			
未定	moeko.t		Chihiro.S	未定		未定																			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00																			
Pilates Cardio	Basic		Hip & Leg	Beauty Conditioning		Back & Arm																			
Yuri.T	Chihiro.S		Yuri.T	Chihiro.S		Hazuki.H																			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30		close	close	13:30 ~ 14:30																	
Basic	Beauty Conditioning			Body Balance				Basic	Basic																
未定	Chihiro.S			Yuri.T				未定	未定																
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			close				close	close	close	close														
Hip & Leg	Back & Arm											Back & Arm	Basic	Beauty Conditioning	Hip & Leg										
Yuri.T	moeko.t											Hazuki.H	未定	Chihiro.S	Yuri.T										
close	close											close	close	close	close	close									
																	17:30 ~ 18:30	Pre Basic							
																	Yuri.T								
close																	close	close	close	close	close	close			
		18:00 ~ 19:00			Back & Arm																		Basic	Beauty Conditioning	Hip & Leg
		19:30 ~ 20:30			Hip & Leg																		Waist	Back & Arm	Pre Basic
		21:00 ~ 22:00			Waist																		Back & Arm	Basic	Beauty Conditioning
Hazuki.H		未定			未定																		Chihiro.S	Chihiro.S	

👉 : 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。