

pilatesK

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/06/21 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
close	close	close	close	close	close	close	close

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	close	close	close	close	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

2026/06/21 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
close	close	close	close	close	close	close	10:30 ~ 11:30
							Basic
							sayaka.t
							12:30 ~ 13:30
							Waist
							nana.f
							18:00 ~ 19:00
							Back & Arm
							Sae.K
							20:30 ~ 21:30
Hip & Leg							
Leika.K							

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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30			
Waist			Back & Arm	Hip & Leg		Waist			
nana.f			nana.f	Leika.K		nana.f			
12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30			
Hip & Leg			Basic	Back & Arm		Back & Arm			
Leika.K			sayaka.t	Sae.K		Sae.K			
14:30 ~ 15:30			close	close		close	close	close	close
Basic									
sayaka.t									
16:30 ~ 17:30									
Back & Arm									
Sae.K									
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00				
Waist	Basic	Waist			Hip & Leg				
nana.f	sayaka.t	nana.f			Leika.K				
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30				
Hip & Leg	Waist	Back & Arm	Basic						
Leika.K	nana.f	Sae.K	sayaka.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。