

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		9:30 ~ 10:00 疑問解消無料ド'フェイス Chihiro.N				
10:30 ~ 11:30 Shape up waist Chihiro.N		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Wakana.O	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O		10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Chihiro.N
12:30 ~ 13:30 Beauty Conditioning Chihiro.N		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Rin.Y	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Chihiro.N			12:00 ~ 13:00 Hip & Leg SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre SHIORI.O
close		13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning Rin.Y	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Wakana.O	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre SHIORI.O		13:30 ~ 14:30 Release&Strength SHIORI.O	close
		close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg SHIORI.O		14:30 ~ 15:30 Back & Arm Wakana.O	close	close
17:30 ~ 18:30 Basic Mana.N		17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Wakana.O	17:30 ~ 18:30 Release&Strength SHIORI.O		17:30 ~ 18:30 Waist Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg SHIORI.O
19:00 ~ 20:00 Waist Mana.N		19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Mana.N	19:00 ~ 20:00 Basic Mana.N	close	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Back & Spine Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Wakana.O
20:30 ~ 21:30 Back & Arm Wakana.O		20:30 ~ 21:30 Basic Mia.K	20:30 ~ 21:30 Waist Mana.N			20:30 ~ 21:30 Beauty Conditioning Chihiro.N	20:30 ~ 21:30 Basic SHIORI.O

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
			9:30 ~ 10:00 疑問解消無料ド'フェイス SHIORI.O				
	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rin.Y	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre SHIORI.O		10:30 ~ 11:30 Waist Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mana.N	
close	12:00 ~ 13:00 Basic Mana.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mana.N			12:00 ~ 13:00 Release&Strength SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 Waist Mana.N	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mana.N	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Beauty Conditioning Chihiro.N		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg SHIORI.O		close
	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Wakana.O		close	close	close	
		close	14:30 ~ 15:30 Back & Spine Chihiro.N				
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Wakana.O	17:30 ~ 18:30 Beauty Conditioning Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Waist Mana.N			17:30 ~ 18:30 Pre Basic Chihiro.N	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Wakana.O	17:30 ~ 18:30 Waist Mana.N
19:00 ~ 20:00 Release&Strength SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Waist Chihiro.N	close	16:30 ~ 17:30 Release&Strength SHIORI.O		19:00 ~ 20:00 Shape up waist Chihiro.N	19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Back & Spine Chihiro.N
20:30 ~ 21:30 Pilates Barre SHIORI.O	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Wakana.O				20:30 ~ 21:30 Back & Arm Wakana.O	20:30 ~ 21:30 Release&Strength SHIORI.O	20:30 ~ 21:30 Basic Mana.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 厚木店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/18 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Beauty Conditioning Chihiro.N	Back & Arm Wakana.O	Hip & Leg SHIORI.O		Basic Mana.N	Waist Mana.N		Pilates Barre SHIORI.O
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back & Arm Wakana.O	Shape up waist Chihiro.N			Hip & Leg SHIORI.O	Shape up waist Chihiro.N		Pre Basic Chihiro.N
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30		close	13:30 ~ 14:30
Pre Basic Chihiro.N	Hip & Leg SHIORI.O	Back & Arm Wakana.O		Waist Mana.N			Back & Spine Chihiro.N
	15:00 ~ 16:00		close		close		
close	Beauty Conditioning Chihiro.N			close			close
		14:30 ~ 15:30					
	close	Basic Mana.N					
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 Mana.N	Basic SHIORI.O			Pilates Workout Akane.I	Hip & Leg Mana.N	Back & Arm Wakana.O	Release&Strength SHIORI.O
19:00 ~ 20:00		16:30 ~ 17:30		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Pilates Barre SHIORI.O		Waist Mana.N		Back & Arm Wakana.O	Pilates Barre SHIORI.O	Waist Mana.N	Back & Arm Wakana.O
20:30 ~ 21:30		18:00 ~ 18:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Waist Mana.N		疑問解消無料ﾄﾞﾗｯｸﾞｽ		Release&Strength Akane.I	Back & Arm Wakana.O	Hip & Leg Mana.N	Basic SHIORI.O

pilatesK 厚木店

【 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Basic SHIORI.O	Back & Arm Wakana.O		Hip & Leg Mana.N	Pilates Barre SHIORI.O		Shape up waist Chihiro.N
12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Beauty Conditioning Chihiro.N			Waist Mana.N	Beauty Conditioning Chihiro.N		Beauty Conditioning Chihiro.N
13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30		close	13:30 ~ 14:30
Release&Strength SHIORI.O	Pre Basic Chihiro.N		Back & Arm Wakana.O			Back & Arm Wakana.O
15:00 ~ 16:00		close		close		
Back & Spine Chihiro.N			close			close
	14:30 ~ 15:30					
close	Back & Arm Wakana.O					
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Hip & Leg Chihiro.N			Basic SHIORI.O	Waist Mana.N	Back & Spine Chihiro.N	Hip & Leg Mana.N
19:00 ~ 19:30	16:30 ~ 17:30		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
疑問解消無料ﾄﾞﾗｯｸﾞｽ	Shape up waist Chihiro.N		Release&Strength SHIORI.O	Back & Arm Wakana.O	Basic SHIORI.O	Pilates Barre SHIORI.O
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
close			Back & Arm Wakana.O	Hip & Leg Mana.N	Back & Arm SHIORI.O	Back & Spine Chihiro.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。