

pilatesK トキ八大分

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/07/03 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Beauty Conditioning	Basic	Waist	Pilates Barre	jump to burn		Back & Arm	Waist
Miki.k	Yume.K	karen.M	Rina.A	Rina.A		Yoshino.T	Yume.K
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Waist	jump to burn	Basic	Waist	Pre Basic		Pilates Barre	Basic
Yume.K	Rina.A	Yume.K	Yume.K	Miki.k		Rina.A	karen.M
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Pre Basic	Waist	Hip & Leg	Beauty Conditioning	Back & Arm		Waist	jump to burn
Miki.k	Yume.K	karen.M	Miki.k	Yoshino.T		Yume.K	Rina.A
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			jump to burn	Beauty Conditioning			
			Rina.A	Miki.k			
			16:30 ~ 17:30				
			Pre Basic				
			Miki.k				
			18:00 ~ 19:00				
			Basic				
			Yume.K				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic	Hip & Leg	Beauty Conditioning			Release&Strength	Back & Arm	
karen.M	karen.M	Miki.k			karen.M	Yoshino.T	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Release&Strength	Pilates Barre			Hip & Leg	Pre Basic	
Yoshino.T	karen.M	Rina.A			karen.M	Miki.k	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Hip & Leg	Back & Arm	Body Balance			Basic	Beauty Conditioning	
karen.M	Yoshino.T	Miki.k			Yume.K	Miki.k	

pilatesK トキ八大分

【 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
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Body Balance	Pre Basic	Back & Arm	Basic		Beauty Conditioning	Basic	Back & Arm
Miki.k	Miki.k	Yoshino.T	Yume.K		Miki.k	Yume.K	Yoshino.T
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Beauty Conditioning	Back & Arm	jump to burn	Back & Arm		Waist	Pilates Barre	Hip & Leg
Miki.k	Miki.k	Rina.A	Yoshino.T		Yume.K	Rina.A	karen.M
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Hip & Leg	Waist	Pre Basic	Body Balance		Pre Basic	Waist	Release&Strength
karen.M	Yume.K	Miki.k	Miki.k		Miki.k	Yume.K	karen.M
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Pilates Barre	Waist				
		Rina.A	Yume.K				
		16:30 ~ 17:30					
		Beauty Conditioning					
		Miki.k					
		18:00 ~ 19:00					
		Back & Arm					
		Yoshino.T					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic	Pilates Barre			Basic	jump to burn	Beauty Conditioning	
karen.M	Rina.A			karen.M	Rina.A	Miki.k	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Basic			jump to burn	Back & Arm	Waist	
Yoshino.T	karen.M			Rina.A	Yoshino.T	Yume.K	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Release&Strength	jump to burn			Hip & Leg	Waist	Basic	
karen.M	Rina.A			karen.M	Rina.A	Yume.K	

👉：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 トキ八大分

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/07/03 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 Body Balance Miki.k	10:30 ~ 11:30 Basic Yume.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg karen.M	close	10:30 ~ 11:30 Basic karen.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yoshino.T	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Miki.k	10:30 ~ 11:30 Waist Rina.A	
12:00 ~ 13:00 Pre Basic Miki.k	12:00 ~ 13:00 Waist Rina.A	12:30 ~ 13:30 jump to burn Rina.A		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yoshino.T	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Rina.A	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Miki.k	12:00 ~ 13:00 jump to burn Rina.A	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yoshino.T	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning Miki.k	14:30 ~ 15:30 Waist Yume.K		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg karen.M	13:30 ~ 14:30 Body Balance Miki.k	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yoshino.T	13:30 ~ 14:30 Basic Yume.K	
	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Yoshino.T	16:30 ~ 17:30 Basic Yume.K						
	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg karen.M							
	18:00 ~ 19:00 Release&Strength karen.M							
18:00 ~ 19:00 Basic karen.M					18:00 ~ 19:00 Waist Rina.A	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg karen.M	18:00 ~ 19:00 Basic Yume.K	18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Miki.k
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg karen.M					19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Rina.A	19:30 ~ 20:30 Waist Yume.K	19:30 ~ 20:30 Body Balance Miki.k	19:30 ~ 20:30 Basic Yume.K
21:00 ~ 22:00 Waist Rina.A					21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yoshino.T	21:00 ~ 22:00 Basic Yume.K	21:00 ~ 22:00 Waist Yume.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Miki.k

pilatesK トキ八大分

【 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 Hip & Leg karen.M	10:30 ~ 11:30 Basic karen.M	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg karen.M	10:30 ~ 11:30 Body Balance Miki.k	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yoshino.T	10:30 ~ 11:30 Waist Yume.K	
12:00 ~ 13:00 Basic Yume.K	12:30 ~ 13:30 Body Balance Miki.k		12:00 ~ 13:00 Basic Yume.K	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yoshino.T	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg karen.M	12:00 ~ 13:00 Basic Yume.K	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yoshino.T	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg karen.M		13:30 ~ 14:30 Waist Yume.K	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Miki.k	13:30 ~ 14:30 Basic karen.M	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning Miki.k	
15:00 ~ 16:00 Waist Yume.K	16:30 ~ 17:30 Beauty Conditioning Miki.k						
16:30 ~ 17:30 Release&Strength karen.M							
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yoshino.T							
				18:00 ~ 19:00 Back & Arm Miki.k	18:00 ~ 19:00 Basic Yume.K	18:00 ~ 19:00 Waist Yume.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yoshino.T
				19:30 ~ 20:30 Pre Basic Miki.k	19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning Miki.k	19:30 ~ 20:30 Basic Yume.K	19:30 ~ 20:30 Release&Strength karen.M
				21:00 ~ 22:00 Release&Strength karen.M	21:00 ~ 22:00 Waist Yume.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yoshino.T	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg karen.M

👉 : 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。