

pilatesK

【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール

2026/06/17 更新

08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08								
土	日	月	火	水	木	金	土								
10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30								
Waist			Back & Arm	Basic		Basic	Hip & Leg								
Hiori.O			Mayu.T	Miu.N		sora	Hiori.O								
12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30								
Basic			Pre Basic	Back & Arm		Waist	Back & Arm								
sora			Miu.N	Mayu.T		Hiori.O	Mayu.T								
14:30 ~ 15:30			close	close		close	close	close	close	14:30 ~ 15:30					
Back & Arm										Pre Basic					
Mayu.T										Miu.N					
close										close					
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00			17:00 ~ 18:00					17:00 ~ 18:00					
Pre Basic	Waist	Waist			Waist					Waist					
Miu.N	sora	sora			sora					sora					
close	close	close			close					close	close	close	18:00 ~ 19:00		
Hip & Leg													Basic	Pre Basic	Back & Arm
Hiori.O													sora	Miu.N	Mayu.T
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30								
Basic			Waist	Back & Arm		Hip & Leg									
sora			Hiori.O	Mayu.T		Miu.N									

pilatesK

【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16					
日	月	火	水	木	金	土	日					
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close					
		Pre Basic	Back & Arm		Hip & Leg	Back & Arm						
		Miu.N	Mayu.T		Hiori.O	Miu.N						
		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30						
		Waist	Basic		Pre Basic	Hip & Leg						
		sora	sora		Miu.N	Hiori.O						
		14:30 ~ 15:30	close		close	close		close	close	14:30 ~ 15:30		
		Back & Arm								Waist		
		Mayu.T								未確定		
		close								close		
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00								
Hip & Leg	Basic	Basic		Basic								
sora	sora	sora		sora								
close	close	close		close			close			close	18:00 ~ 19:00	
Pre Basic											Waist	Basic
Miu.N											Hiori.O	sora
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
Hip & Leg			Basic		Waist							
Hiori.O			sora		未確定							

🟢：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。

pilatesK

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/06/17 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hiori.O	10:30 ~ 11:30 Waist 未確定	close	10:30 ~ 11:30 Basic Miu.N	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hiori.O	close	close
	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mayu.T	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Hiori.O		12:30 ~ 13:30 Waist sora	12:30 ~ 13:30 Waist 未確定		
	18:00 ~ 19:00 Waist sora	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Miu.N		18:00 ~ 19:00 Basic sora	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hiori.O		
	20:30 ~ 21:30 Pre Basic Miu.N	20:30 ~ 21:30 Basic sora		20:30 ~ 21:30 Waist 未確定	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Mayu.T		
	14:30 ~ 15:30 Basic Miu.N	17:00 ~ 18:00 Back & Arm Hiori.O		14:30 ~ 15:30 Pre Basic Miu.N	17:00 ~ 18:00 Waist 未確定		

pilatesK

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 Basic Miu.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mayu.T	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hiori.O	10:30 ~ 11:30 Basic sora	close	close
12:30 ~ 13:30 Waist Hiori.O	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Miu.N		12:30 ~ 13:30 Basic sora	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Hiori.O		
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hiori.O	18:00 ~ 19:00 Basic sora		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mayu.T	18:00 ~ 19:00 Waist 未確定		
20:30 ~ 21:30 Back & Arm Mayu.T	20:30 ~ 21:30 Waist Hiori.O		20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Hiori.O	20:30 ~ 21:30 Basic Miu.N		
14:30 ~ 15:30 Pre Basic Miu.N	17:00 ~ 18:00 Waist 未確定		14:30 ~ 15:30 Pre Basic Miu.N	17:00 ~ 18:00 Waist 未確定		

👉 : 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。