

pilatesK

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/06/16 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Body Balance		Pilates Cardio	Waist	Basic		Beauty Conditioning	Back & Arm			
Yuri.T		Yuri.T	Hazuki.H	Chihiro.S		Chihiro.S	Yuri.T			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Pre Basic		Pre Basic	Basic	Waist		Basic	Hip & Leg			
Yuri.T		Yuri.T	Chihiro.S	Hazuki.H		Chihiro.S	Yuri.T			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close			
		Waist	Waist	Basic		Pilates Cardio				
		Hazuki.H	Hazuki.H	Chihiro.S		Yuri.T				
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close		close				
Basic	Waist									
Chihiro.S	Hazuki.H									
17:30 ~ 18:30	close	close	close	close	close					
Basic										
Chihiro.S										
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Basic	Hip & Leg	Basic				Waist	Beauty Conditioning			
Chihiro.S	Yuri.T	Chihiro.S				Hazuki.H	Chihiro.S			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				close	close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip & Leg	Pre Basic	Waist							Body Balance	Waist
Yuri.T	Yuri.T	Hazuki.H							Yuri.T	Hazuki.H
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Basic	Waist	Basic	close	close	close	Waist	Basic			
Chihiro.S	Hazuki.H	Chihiro.S				Hazuki.H	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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Waist	Basic	Pilates Cardio		Back & Arm	Body Balance		
	Hazuki.H	Chihiro.S	Yuri.T		Hazuki.H	Yuri.T		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Body Balance	Waist	Basic		Waist	Pre Basic		
	Yuri.T	Hazuki.H	未定		Chihiro.S	Yuri.T		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		
	Back & Arm	Basic	Hip & Leg		Basic			
	Hazuki.H	Chihiro.S	Yuri.T		Chihiro.S			
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close		close			
Back & Arm	Basic							
Hazuki.H	未定							
close	close	close	close	close	close	close		
							17:30 ~ 18:30	Beauty Conditioning
							Chihiro.S	
							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pre Basic	Pilates Cardio	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Yuri.T	Yuri.T	Yuri.T	未定	Chihiro.S				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Back & Arm	Basic	close	Back & Arm	Beauty Conditioning	Basic			
Hazuki.H	Chihiro.S		Hazuki.H	Chihiro.S	未定			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip & Leg	Beauty Conditioning			Pilates Cardio	Basic	Waist		
Yuri.T	Chihiro.S	close	close	Yuri.T	未定	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

2026/06/16 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		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30															
Basic	Beauty Conditioning		Body Balance	Body Balance		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																				
Yuri.T	moeko.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	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
																		Back & Arm	Basic	Beauty Conditioning	Hip & Leg
																		Hazuki.H	未定	Chihiro.S	Yuri.T
																		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip & Leg																		Waist	Back & Arm	Beauty Conditioning	
未定																		Hazuki.H	Hazuki.H	Chihiro.S	
21:00 ~ 22:00																		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist																		Back & Arm	Basic	Waist	
Hazuki.H			未定	未定		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。