

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		Hip & Leg	jump to burn	Back & Spine		Body Balance	Back & Spine	
Camila.K			sayaka.K	Camila.K		Camila.K	Camila.K	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Arm		Back & Arm	Hip & Leg	Beauty Conditioning		Back & Arm	Hip & Leg	
未確定		未確定	Nico.T	Nobue.S		未確定	Nico.T	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30	close
		Advance	Back & Arm	jump to burn			Pilates Barre	
		Rei.U	未確定	Nobue.S			Rei.U	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			close	
	Body Balance		Basic					
	sayaka.K	Camila.K						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Hip & Leg	Body Balance	Waist			jump to burn	Body Balance		
Nico.T	sayaka.K	Hirona.K			YUNA.S	Camila.K		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Advance	Back & Arm	Hip & Leg			Waist	Pilates Barre		
Rei.U	未確定	未確定	Rei.U	Rei.U				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Pre Basic	jump to burn	Pilates Barre			Back & Arm	Basic		
Rei.U	sayaka.K	Rei.U			未確定	Rei.U		

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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Beauty Conditioning	Basic	Back & Arm	Hip & Leg	Back & Arm	Hip & Leg	
	Nobue.S	Rei.U	未確定	Nico.T	未確定	Nico.T	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	jump to burn	Back & Arm	Advance	Back & Arm	Shape up waist	Body Balance	
	sayaka.K	未確定	Rei.U	未確定	Camila.K	Camila.K	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	close	13:30 ~ 14:30	close	
	Basic	Body Balance	Hip & Leg		Pre Basic		
	Nobue.S	Camila.K	Nico.T		Rei.U		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
Pilates Barre		Waist					
	Rei.U	Rei.U					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg	Shape up waist			Shape up waist	Advance	Back & Arm	Basic
未確定	Camila.K			YUNA.S	Rei.U	未確定	Rei.U
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
jump to burn	Back & Arm			close	Back & Arm	Hip & Leg	Advance
sayaka.K	未確定		未確定	Nico.T	Rei.U	Rei.U	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Back & Spine	Body Balance			jump to burn	Waist	Pilates Barre	Back & Arm
Camila.K	Camila.K			YUNA.S	Rei.U	Rei.U	

🟢：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 国分寺店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/13 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 Pilates Barre Rei.U	10:30 ~ 11:30 Waist Rei.U	10:30 ~ 11:30 jump to burn sayaka.K	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Camila.K	10:30 ~ 11:30 Advance Rei.U	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nico.T	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未確定	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未確定	12:00 ~ 13:00 jump to burn YUNA.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未確定	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nico.T	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nico.T	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Camila.K		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Rei.U	
13:30 ~ 14:30 Waist Rei.U	13:30 ~ 14:30 Basic YUNA.S	14:30 ~ 15:30 Body Balance sayaka.K	13:30 ~ 14:30 Basic Camila.K	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Nico.T			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Nico.T	
close	15:00 ~ 16:00 Advance Rei.U	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Nico.T	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 未確定	close	close		close	
	close		close					
	17:30 ~ 18:30 Shape up waist YUNA.S		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Nico.T					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未確定	close	close	close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Nico.T	18:00 ~ 19:00 Body Balance Camila.K		18:00 ~ 19:00 Waist Hirona.K	18:00 ~ 19:00 Advance Rei.U
19:30 ~ 20:30 Body Balance Camila.K				19:30 ~ 20:30 Pre Basic Rei.U	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 未確定		19:30 ~ 20:30 Back & Spine Camila.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Rei.U
21:00 ~ 22:00 Back & Spine Camila.K				21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未確定	21:00 ~ 22:00 Advance Rei.U		21:00 ~ 22:00 Body Balance Camila.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Nico.T

pilatesK 国分寺店

【 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 Pre Basic YUNA.S	10:30 ~ 11:30 Shape up waist YUNA.S	10:30 ~ 11:30 Basic Rei.U	10:30 ~ 11:30 jump to burn YUNA.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Rei.U	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Nico.T		
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未確定	12:30 ~ 13:30 Basic YUNA.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未確定	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nico.T	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未確定		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未確定		
13:30 ~ 14:30 jump to burn YUNA.S	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 未確定	close	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未確定	close		close	13:30 ~ 14:30 jump to burn YUNA.S	
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Nico.T	16:30 ~ 17:30 jump to burn YUNA.S		close				close	close
close								
17:30 ~ 18:30 Waist YUNA.S	close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 未確定	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Nico.T	18:00 ~ 19:00 Advance Rei.U		18:00 ~ 19:00 Body Balance sayaka.K	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Rei.U	
close		19:30 ~ 20:30 Shape up waist Camila.K	19:30 ~ 20:30 Waist Rei.U	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Nico.T		19:30 ~ 20:30 jump to burn sayaka.K	19:30 ~ 20:30 Pre Basic YUNA.S	
		21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Nobue.S	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Rei.U	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未確定		21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未確定	21:00 ~ 22:00 Shape up waist YUNA.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。