

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
Beauty Conditioning		Basic	Hip & Leg	Back & Arm		Beauty Conditioning	Hip & Leg
Mika		KAEDE.s	CHI HARU.n	Kurumi.Y		CHI HARU.n	CHI HARU.n
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Waist		Beauty Conditioning	Basic	Waist		Back & Arm	Basic
KAEDE.s		Mika	Mia.k	KAEDE.s		Kurumi.Y	KAEDE.s
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic		Shape up waist	Hip Punch	Beauty Conditioning		Waist	Back & Arm
Mia.k		Mika	Mika	CHI HARU.n		KAEDE.s	Kurumi.Y
close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
			Back & Arm	Hip & Leg			
			CHI HARU.n	CHI HARU.n			
			16:30 ~ 17:30				
			Pilates Cardio				
			Mika				
			18:00 ~ 19:00				
			Beauty Conditioning				
			CHI HARU.n				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back & Arm	Pilates Barre	Hip & Leg			Shape up waist	Beauty Conditioning	
Kurumi.Y	SHIORI.O	インストラクター未定			Mika	Mika	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic	Beauty Conditioning	Basic			Basic	Shape up waist	
emina.U	CHI HARU.n	Mia.k			emina.U	Mika	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Hip & Leg	Release&Strength	Back & Arm			Pilates Cardio	Basic	
インストラクター未定	SHIORI.O	Kurumi.Y			Mika	Mia.k	

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
	Hip Punch	Beauty Conditioning	Basic		Hip & Leg	Basic	
	Mika	Mika	emina.U		インストラクター未定	Mia.k	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Waist	Hip & Leg	Back & Arm		Basic	Waist	
	KAEDE.s	CHI HARU.n	CHI HARU.n		Mia.k	KAEDE.s	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Basic	Back & Arm	Hip & Leg		Back & Arm	Beauty Conditioning	
	Mia.k	Kurumi.Y	CHI HARU.n		Kurumi.Y	CHI HARU.n	
	close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	
		Hip Punch	Basic				
		Mika	Mia.k				
		16:30 ~ 17:30					
		Basic					
		KAEDE.s					
		18:00 ~ 19:00					
		Hip & Leg					
		CHI HARU.n					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg	Basic			Pre Basic	Back & Arm	Release&Strength	
インストラクター未確定	emina.U			Atsuko.a	CHI HARU.n	Elliy	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic	Back & Arm			Back & Arm	Basic	Hip & Leg	
emina.U	Kurumi.Y			CHI HARU.n	emina.U	CHI HARU.n	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Beauty Conditioning	Hip & Leg			Pilates Barre	Hip & Leg	Pre Basic	
CHI HARU.n	インストラクター未定			Atsuko.a	CHI HARU.n	Elliy	

👉：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 新百合ヶ丘店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/14 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 Beauty Conditioning CHIHARU.n	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg インストラクター未定	10:30 ~ 11:30 Waist KAEDE.s	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kurumi.Y	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mika		
12:00 ~ 13:00 Basic emina.U	12:00 ~ 13:00 Waist KAEDE.s	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg インストラクター未定		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kurumi.Y	12:00 ~ 13:00 Basic Mia.k		12:00 ~ 13:00 Back & Arm CHIHARU.n		
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg CHIHARU.n	13:30 ~ 14:30 Basic emina.U	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Kurumi.Y		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Chihiro.N	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Mika		13:30 ~ 14:30 Basic Mia.k		
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Kurumi.Y	16:30 ~ 17:30 Basic KAEDE.s	close		18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Mika	18:00 ~ 19:00 Waist KAEDE.s		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kurumi.Y	18:00 ~ 19:00 Basic emina.U	
16:30 ~ 17:30 Waist KAEDE.s	close			19:30 ~ 20:30 Waist KAEDE.s	19:30 ~ 20:30 Basic emina.U		19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning CHIHARU.n	19:30 ~ 20:30 Waist インストラクター未定	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg インストラクター未定
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kurumi.Y				21:00 ~ 22:00 Basic Mia.k	21:00 ~ 22:00 Waist KAEDE.s		21:00 ~ 22:00 Hip Punch Mika	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg インストラクター未定	21:00 ~ 22:00 Waist KAEDE.s

pilatesK 新百合ヶ丘店

【 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 Basic emina.U	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning CHIHARU.n	close	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Mika	10:30 ~ 11:30 Basic emina.U	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg インストラクター未定	
12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning CHIHARU.n	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Mika		12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning CHIHARU.n	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Mika		12:00 ~ 13:00 Basic emina.U	
13:30 ~ 14:30 Waist KAEDE.s	14:30 ~ 15:30 Basic emina.U		13:30 ~ 14:30 Basic emina.U	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning CHIHARU.n		13:30 ~ 14:30 Waist KAEDE.s	
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg CHIHARU.n	16:30 ~ 17:30 Hip Punch Mika		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg インストラクター未定	18:00 ~ 19:00 Basic Mia.k		18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning CHIHARU.n	18:00 ~ 19:00 Back & Arm CHIHARU.n
16:30 ~ 17:30 Basic Mia.k	close		19:30 ~ 20:30 Waist KAEDE.s	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kurumi.Y		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg インストラクター未定	19:30 ~ 20:30 Basic Mia.k
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kurumi.Y			21:00 ~ 22:00 Basic Mia.k	21:00 ~ 22:00 Waist KAEDE.s		21:00 ~ 22:00 Basic emina.U	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning CHIHARU.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。