

pilatesK 松原中央

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/06/13 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Spine Karin.N		Basic haru.T	Back & Arm Nami.F	Hip & Leg Maho.T		Beauty Conditioning Maho.T	Back & Arm Rinon.H
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Waist Nami.F		Back & Arm Nami.F	Waist Nami.F	Release&Strength Karin.N		Reset Flow Maho.T	Pre Basic Karin.N
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30
		Body Balance haru.T	Back & Arm Rinon.H	Basic Maho.T		Waist yui.M	お試し見学会 Karin.N
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			Reset Flow Maho.T	Back & Arm Nami.F			
			17:30 ~ 18:30				
			Basic Maho.T				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg Maho.T	Beauty Conditioning Maho.T	Waist yui.M				Pre Basic Karin.N	Back & Arm Nami.F
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic Maho.T	Waist yui.M	Back & Arm Rinon.H				Waist Nami.F	jump to burn Maho.T
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist yui.M	Back & Arm Rinon.H	Waist yui.M				Release&Strength Karin.N	Basic Maho.T

pilatesK 松原中央

【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	Hip & Leg Maho.T	Body Balance Haruna.y	Basic yui.M		jump to burn Maho.T	Basic Maho.T	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Waist yui.M	Beauty Conditioning Maho.T	Hip & Leg Karin.N		Waist Nami.F	Back & Arm Rinon.H	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
	Basic yui.M	Pre Basic Haruna.y	Waist yui.M		Back & Arm Rinon.H		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Hip & Leg Maho.T	Back & Spine Karin.N				
		17:30 ~ 18:30					17:00 ~ 17:30
		Back & Arm Rinon.H					お試し見学会 Karin.N
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Shape up waist Karin.N	Reset Flow Maho.T				Body Balance Haruna.y	Hip & Leg Maho.T	Basic Maho.T
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back & Arm Rinon.H	Waist Nami.F				Back & Arm Nami.F	Basic yui.M	Back & Arm Rinon.H
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist Nami.F	Back & Arm Rinon.H				Pre Basic Haruna.y	Back & Arm Nami.F	Shape up waist Karin.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 松原中央

【 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 Back & Arm Nami.F	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Karin.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rinon.H	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance 未定	10:30 ~ 11:30 Waist Nami.F		10:30 ~ 11:30 Shape up waist Karin.N
12:00 ~ 13:00 Release&Strength Karin.N	12:00 ~ 13:00 Basic yui.M	12:30 ~ 13:30 Waist Nami.F		12:00 ~ 13:00 Basic yui.M	12:30 ~ 13:30 Back & Spine Karin.N		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Maho.T
13:30 ~ 14:30 Waist yui.M	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Karin.N	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Rinon.H		13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning Maho.T	14:00 ~ 14:30 お試し見学会 Karin.N		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rinon.H
	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Nami.F	16:30 ~ 17:30 Waist Nami.F					
	17:30 ~ 18:30 Waist yui.M						
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rinon.H				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Maho.T	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Karin.N	18:00 ~ 19:00 Waist Nami.F	18:00 ~ 19:00 Basic yui.M
19:30 ~ 20:30 Pre Basic Karin.N				19:30 ~ 20:30 Back & Spine Karin.N	19:30 ~ 20:30 Reset Flow Maho.T	19:30 ~ 20:30 Basic yui.M	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rinon.H
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Maho.T				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rinon.H	21:00 ~ 22:00 Basic yui.M	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Nami.F	21:00 ~ 22:00 Waist yui.M

pilatesK 松原中央

【 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 Back & Arm Rinon.H	10:30 ~ 11:30 Shape up waist haru.T	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Maho.T	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Karin.N		10:30 ~ 11:30 Waist yui.M	
12:00 ~ 13:00 Waist Nami.F	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Nami.F		12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Maho.T	12:30 ~ 13:30 Waist yui.M		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nami.F	
13:30 ~ 14:30 Basic Maho.T	14:30 ~ 15:30 Body Balance haru.T		13:30 ~ 14:30 Basic yui.M			13:30 ~ 14:30 jump to burn Karin.N	
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Rinon.H	16:30 ~ 17:30 Basic yui.M						
						17:00 ~ 17:30 お試し見学会 Karin.N	
17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Maho.T							
				18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rinon.H	18:00 ~ 19:00 Waist yui.M	18:00 ~ 19:00 Basic yui.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rinon.H
				19:30 ~ 20:30 Waist Nami.F	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Maho.T	19:30 ~ 20:30 jump to burn Maho.T	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Karin.N
				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rinon.H	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Maho.T	21:00 ~ 22:00 Waist yui.M	21:00 ~ 22:00 Reset Flow Maho.T

👉 : 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。