

pilatesK

【 06/25 ~ 06/30 】

スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
木	金	土	日	月	火
close	close	close	close	close	10:30 ~ 11:30
					Hip&Leg
					Tomomi.O
					12:30 ~ 13:30
					Basic
					Kaho.S
					18:00 ~ 19:00
					Waist
					anna.s
					20:30 ~ 21:30
Basic					
Kaoruko.S					

：休職可能レッスン
 ・クラスの個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週間前迄にお申し立てが必要です。
 ・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

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2020/06/28 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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg		Basic	Back & Arm			Back & Arm	Basic
Tomomi.O		Kako.S	Tomomi.O			Tomomi.O	Kako.S
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Basic		Waist	Basic			Basic	Back & Arm
Kako.S		anna.s	Kaoruko.K			Kaoruko.K	Tomomi.O
close		close	close			14:30 ~ 15:30	close
						Waist	
						anna.s	
						16:30 ~ 17:30	
Basic	Basic	Basic	Basic	Basic			
Kako.S	Kako.S	Kako.S	Kako.S	Kako.S			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic	Hip & Leg	Basic	Basic	Basic	Hip & Leg	Waist	
Kako.S	Tomomi.O	Kaoruko.K	Kaoruko.K	Kaoruko.K	Kaoruko.K	anna.s	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Waist	Back & Arm	Hip & Leg	Waist	Waist	Waist	Basic	
anna.s	anna.s	Tomomi.O	anna.s	anna.s	anna.s	Kaoruko.K	

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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Hip & Leg	Basic			Basic	Hip & Leg		
	Kaoruko.K	Kako.S			Kako.S	Tomomi.O		
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
	Back & Arm	Waist			Back & Arm	Basic		
	Tomomi.O	anna.s			Kaoruko.K	Kako.S		
	close	close			close	14:30 ~ 15:30		close
						Hip & Leg		
						Kaoruko.K		
						16:30 ~ 17:30		
Back & Arm	Back & Arm	Back & Arm	Back & Arm					
Tomomi.O	Tomomi.O	Tomomi.O	Tomomi.O					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back & Arm	Waist	Basic	Basic	Basic	Hip & Leg	Basic	Waist	
anna.s	anna.s	Kaoruko.K	Kaoruko.K	Kaoruko.K	Kaoruko.K	Kako.S	anna.s	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Hip & Leg	Basic	Basic	Basic	Basic	Back & Arm	Hip & Leg	Basic	
Kaoruko.K	Kako.S	Kaoruko.K	Kaoruko.K	Tomomi.O	Tomomi.O	Tomomi.O	Kako.S	

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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週間前までにお申し込みしております。
 ・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

2026/06/09 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 Tomomi.O	10:30 ~ 11:30 Waist anna.s	close	close	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning anna.s	10:30 ~ 11:30 Basic Kako.S	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kako.S			
12:30 ~ 13:30 Basic Kako.S	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Kaoruko.K			12:30 ~ 13:30 Basic Kako.S	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Tomomi.O		12:30 ~ 13:30 Beauty Conditioning anna.s			
close	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Tomomi.O			close	close		close	close	close	close
	16:30 ~ 17:30 Basic Kako.S									
	close									
18:00 ~ 19:00 Basic Kaoruko.K	close			close	close		18:00 ~ 19:00 Back&Arm Tomomi.O	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Kaoruko.K	18:00 ~ 19:00 Basic Kako.S	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Kaoruko.K
20:30 ~ 21:30 Waist anna.s							20:30 ~ 21:30 Hip&Leg Kaoruko.K	20:30 ~ 21:30 Beauty Conditioning anna.s	20:30 ~ 21:30 Hip&Leg Kaoruko.K	20:30 ~ 21:30 Pre Basic Tomomi.O

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 Beauty Conditioning anna.s	close	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kako.S	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Kaoruko.K	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Tomomi.O							
12:30 ~ 13:30 Back&Arm Tomomi.O			12:30 ~ 13:30 Back&Arm Tomomi.O	12:30 ~ 13:30 Basic Kako.S		12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Kaoruko.K							
14:30 ~ 15:30 Basic Kako.S			close	close		close	close	close	close				
16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Kaoruko.K													
close													
close			close	close		close	close	close	close				
										18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Kaoruko.K	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Tomomi.O	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Kaoruko.K	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Tomomi.O
										20:30 ~ 21:30 Beauty Conditioning anna.s	20:30 ~ 21:30 Back&Arm Tomomi.O	20:30 ~ 21:30 Basic Kako.S	20:30 ~ 21:30 Beauty Conditioning anna.s

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお申し立てください。
 ・レッスン開始時間1週間前迄の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に引当り制限されます。