

pilatesK 蕨店 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール 2026/07/03 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 | | Advance | Back & Arm | Waist | | Pre Basic | Hip & Leg |
| aina.K | | aina.K | miyuna.y | halu.a | | Aino.H | Ai.I |
| 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 |
| Pilates Barre | | Basic | Pilates Barre | Back & Arm | | Back & Arm | Basic |
| aina.K | | rio.s | aina.K | miyuna.y | | miyuna.y | Ai.I |
| close | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30 | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 |
| | | Release&Strength | Back & Arm | Waist | | Pilates Cardio | close |
| | | aina.K | miyuna.y | halu.a | | Aino.H | |
| | | close | 15:00 ~ 16:00 | 16:30 ~ 17:30 | | close | |
| | Basic | | Back & Arm | | | | |
| | aina.K | | miyuna.y | | | | |
| 16:00 ~ 16:30 | お試し見学会 | | | | | | |
| 17:30 ~ 18:30 | インストラクター未確定 | | | | | | |
| Release&Strength | aina.K | | | | | | |
| 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | close | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | | |
| Back & Arm | Hip & Leg | Waist | | Pilates Barre | Waist | | |
| miyuna.y | Shiori.S | Shiori.S | | aina.K | aina.K | | |
| 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | | |
| Basic | Waist | Back & Arm | | Back & Arm | Pilates Barre | | |
| Shiori.S | Shiori.S | miyuna.y | | miyuna.y | aina.K | | |
| 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | close | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | | |
| Waist | Body Balance | Hip & Leg | | Release&Strength | Back & Arm | | |
| Shiori.S | Shiori.H | Shiori.S | | aina.K | miyuna.y | | |

pilatesK 蕨店 【 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 |
| | Back & Arm | Release&Strength | Back & Arm | | Back & Arm | Basic | |
| | miyuna.y | aina.K | halu.a | | miyuna.y | Shiori.S | |
| | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | |
| | Hip & Leg | Back & Arm | Body Balance | | Waist | Waist | |
| | Shiori.S | miyuna.y | aina.K | | halu.a | Shiori.S | |
| | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30 | | 13:30 ~ 14:30 | close | |
| | Back & Arm | Basic | Waist | | Back & Arm | | |
| | miyuna.y | aina.K | halu.a | | miyuna.y | | |
| | close | 15:00 ~ 16:00 | 16:30 ~ 17:30 | | close | | |
| Back & Arm | | Advance | | | | | |
| miyuna.y | | aina.K | | | | | |
| close | 17:30 ~ 18:30 | close | close | close | | | |
| | Pilates Barre | | | | | | |
| aina.K | 17:00 ~ 17:30 | 17:00 ~ 17:30 | | | | | |
| 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 | Release&Strength | close | Advance | Release&Strength | Pilates Cardio | | |
| Ai.I | aina.K | | aina.K | aina.K | Rinka.T | | |
| 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | |
| Back & Arm | Waist | | close | Waist | Back & Arm | Release&Strength | |
| miyuna.y | Shiori.S | | | halu.a | miyuna.y | aina.K | |
| 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | | | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 |
| Hip & Leg | Advance | Body Balance | Pilates Barre | Advance | | | |
| Ai.I | aina.K | aina.K | aina.K | aina.K | | | |

👉 : 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時間前迄にお願しております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切つて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が1回に制限されます。

pilatesK 蕨店 【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール 2026/07/03 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 Shape up waist Shiori.S | 10:30 ~ 11:30 Back & Arm miyuna.y | 10:30 ~ 11:30 Waist Shiori.S | | 10:30 ~ 11:30 Waist Shiori.S | 10:30 ~ 11:30 Release&Strength aina.K | | 10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Aino.H | | |
| 12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Aino.H | 12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Shiori.S | 12:30 ~ 13:30 Basic Ai.I | | 12:00 ~ 13:00 jump to burn Rinka.T | 12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Shiori.S | | 12:00 ~ 13:00 Advance aina.K | | |
| 13:30 ~ 14:30 Pre Basic Aino.H | 13:30 ~ 14:30 Back & Arm miyuna.y | 14:30 ~ 15:30 Shape up waist Shiori.S | | 13:30 ~ 14:30 Basic Shiori.S | | close | 13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Aino.H | | |
| close | 15:00 ~ 16:00 Waist Shiori.S | 16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Ai.I | close | 14:30 ~ 15:00 お試し見学会 インストラクター未確定 | close | close | close | | |
| | 17:30 ~ 18:30 Basic Shiori.S | | | | | | | | |
| 18:00 ~ 19:00 Body Balance aina.K | close | close | close | 18:00 ~ 19:00 Back & Arm miyuna.y | 18:00 ~ 19:00 Waist halu.a | 18:00 ~ 19:00 Shape up waist Shiori.S | 18:00 ~ 19:00 Basic Mimi.Y | | |
| 19:30 ~ 20:30 Advance aina.K | | | | | | 19:30 ~ 20:30 Basic aina.K | 19:30 ~ 20:30 Back & Arm miyuna.y | 19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Rio | 19:30 ~ 20:30 Body Balance aina.K |
| 21:00 ~ 22:00 Back & Arm miyuna.y | | | | | | | 21:00 ~ 22:00 Release&Strength aina.K | 21:00 ~ 22:00 Waist halu.a | 21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Shiori.S |

pilatesK 蕨店 【 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 jump to burn airi.m | 10:30 ~ 11:30 Basic rio.s | | 10:30 ~ 11:30 Body Balance aina.K | 10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定 | | 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Shiori.S |
| 12:00 ~ 13:00 Basic rio.s | 12:30 ~ 13:30 Waist aina.K | | 12:00 ~ 13:00 Basic インストラクター未確定 | 12:30 ~ 13:30 Waist Shiori.S | | 12:00 ~ 13:00 Shape up waist Shiori.S |
| 13:30 ~ 14:30 Release&Strength aina.K | 14:30 ~ 15:30 Basic rio.s | | 13:30 ~ 14:30 Pilates Barre aina.K | 13:30 ~ 14:00 お試し見学会 インストラクター未確定 | close | 13:30 ~ 14:30 Basic インストラクター未確定 |
| 15:00 ~ 16:00 Basic rio.s | 16:30 ~ 17:30 Release&Strength aina.K | | | | | |
| close | | close | close | close | | close |
| 17:30 ~ 18:30 Body Balance airi.m | | | | | | |
| close | close | close | 18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Shiori.S | 18:00 ~ 19:00 jump to burn Rinka.T | 18:00 ~ 19:00 Pilates Barre aina.K | 18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Aino.H |
| | | | 19:30 ~ 20:30 Basic インストラクター未確定 | 19:30 ~ 20:30 Shape up waist Shiori.S | 19:30 ~ 20:30 jump to burn Luuna.t | 19:30 ~ 20:30 Release&Strength aina.K |
| | | | 21:00 ~ 22:00 Shape up waist Shiori.S | 21:00 ~ 22:00 Release&Strength aina.K | 21:00 ~ 22:00 Pre Basic Luuna.t | 21:00 ~ 22:00 Pilates Barre aina.K |
| | | | | | | |

👉 : 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時間前までにお申し立てしております。
 ・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。