

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2020/06/12 更新

pilatesK 蔵店	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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
	Body Balance aina.K		Advance aina.K	Back&Arm miyuna.y	Waist halu.a		Pre Basic Aino.H	Hip&Leg Ai.I
	12:00 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
	Pilates Barre aina.K		Basic rio.s	Pilates Barre aina.K	Back&Arm miyuna.y		Back&Arm miyuna.y	Basic Ai.I
			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
			Release&Strength aina.K	Back&Arm miyuna.y	Waist halu.a		Pilates Cardio Aino.H	
		close		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
				Basic aina.K	Back&Arm miyuna.y			
				16:00 ~ 16:30				
				お試し見学会 インストラクター未確定				
				17:30 ~ 18:30				
				Release&Strength aina.K				
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
	Back&Arm miyuna.y	Hip&Leg Shiori.S	Waist Shiori.S				Pilates Barre aina.K	Waist aina.K
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
	Basic Shiori.S	Waist Shiori.S	Back&Arm miyuna.y				Back&Arm miyuna.y	Pilates Barre aina.K
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
	Waist Shiori.S	Body Balance Shiori.H	Hip&Leg Shiori.S				Release&Strength aina.K	Back&Arm miyuna.y

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

pilatesK 蔵店	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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
		Back&Arm miyuna.y	Release&Strength aina.K	Back&Arm halu.a		Back&Arm miyuna.y	Basic Shiori.S	
		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
		Hip&Leg Shiori.S	Back&Arm miyuna.y	Body Balance aina.K		Waist halu.a	Waist Shiori.S	
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
		Back&Arm miyuna.y	Basic aina.K	Waist halu.a		Back&Arm miyuna.y		
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
			Back&Arm miyuna.y	Advance aina.K				
							17:00 ~ 17:30	
							お試し見学会 インストラクター未確定	
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
	Basic Ai.I	Release&Strength aina.K				Advance aina.K	Release&Strength aina.K	Pilates Cardio Rinka.T
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
	Back&Arm miyuna.y	Waist Shiori.S				Waist halu.a	Back&Arm miyuna.y	Release&Strength aina.K
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
	Hip&Leg Ai.I	Advance aina.K				Body Balance aina.K	Pilates Barre aina.K	Advance aina.K

・体験可能レッスン  
 ・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週間前までお問い合わせしております。  
 ・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 蔵店		【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール						2026/06/12 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30			
Shape up waist	Back&Arm	Waist		Pre Basic	Release&Strength		Pilates Cardio			
Shiori.S	miyuna.y	Shiori.S		Rinka.T	aina.K		Aino.H			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00			
Pilates Cardio	Hip&Leg	Basic		Waist	Hip&Leg		Pre Basic			
Aino.H	Shiori.S	Al.I		Shiori.S	Shiori.S		インストラクター未確定			
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30			
Pre Basic	Back&Arm	Shape up waist		jump to burn	jump to burn		Hip&Leg			
Aino.H	miyuna.y	Shiori.S		Rinka.T	Rinka.T		Aino.H			
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		14:30 ~ 15:00	14:30 ~ 15:00		close			
	Waist	Hip&Leg		お話し見学会	お話し見学会					
	Shiori.S	Al.I		インストラクター未確定	インストラクター未確定					
17:30 ~ 18:30	close	close		close	close		close			
Basic										
Shiori.S										
18:00 ~ 19:00	close	close		close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Body Balance			Basic		Back&Arm	Waist	Basic			
aina.K			rio.s		halu.a	Shiori.S	Mimi.Y			
19:30 ~ 20:30			close		close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Advance							Shape up waist	Basic	Pilates Cardio	Back&Arm
aina.K	Shiori.S	Yumiko.K	Rio	halu.a						
21:00 ~ 22:00	close	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Back&Arm				Basic	jump to burn	Hip&Leg	Basic			
miyuna.y	rio.s	Yumiko.K	Shiori.S	Mimi.Y						

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

・体験可能レッスン  
 ・クラスの曜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週間前までにお願ひしております。  
 ・レッスンの開始時間1週間前までのごキャンセルは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1回に制限されます。