

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 Beauty Conditioning Mika	close	10:30 ~ 11:30 Basic emina.U	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg CHI HARU.n	10:30 ~ 11:30 Basic emina.U	close	10:30 ~ 11:30 Basic KAEDE.s	10:30 ~ 11:30 Waist KAEDE.s		
12:00 ~ 13:00 Waist KAEDE.s		12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Mika	12:00 ~ 13:00 Basic Mia.k	12:30 ~ 13:00 Waist KAEDE.s		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mika	12:00 ~ 13:00 Basic KAEDE.s		
13:30 ~ 14:30 Basic Mia.k		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Mika	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Mika	14:30 ~ 15:30 Basic emina.U		13:30 ~ 14:30 Waist KAEDE.s	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mika		
close		close	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm CHI HARU.n		16:30 ~ 17:30 Waist KAEDE.s	close	close	close
				16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Mika					
				18:00 ~ 19:00 Basic KAEDE.s					
				18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kurumi.Y		18:00 ~ 19:00 Pilates Barre SHIORI.O			
19:30 ~ 20:30 Basic emina.U		19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning CHI HARU.n	19:30 ~ 20:30 Basic Mia.k	close		close	19:30 ~ 20:30 Basic emina.U	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Mika	
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg インストラクター未定		21:00 ~ 22:00 Release & Strength SHIORI.O	21:00 ~ 22:00 Waist KAEDE.s				21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Mika	21:00 ~ 22:00 Basic 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 Hip Punch Mika	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Mika	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Elliy	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg CHI HARU.n	10:30 ~ 11:30 Basic Mia.k	close			
	12:00 ~ 13:00 Waist KAEDE.s	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg CHI HARU.n	12:30 ~ 13:00 Back & Arm CHI HARU.n		12:00 ~ 13:00 Basic Mia.k	12:00 ~ 13:00 Waist KAEDE.s				
	13:30 ~ 14:30 Basic Mia.k	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mika	14:30 ~ 15:30 Basic Mia.k		13:30 ~ 14:30 Back & Arm CHI HARU.n	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning CHI HARU.n				
	close	close	close		15:00 ~ 16:00 Hip Punch Mika	16:30 ~ 17:30 Pre Basic Elliy		close	close	close
					16:30 ~ 17:30 Basic KAEDE.s					
					18:00 ~ 19:00 Hip & Leg CHI HARU.n					
					18:00 ~ 19:00 Hip & Leg CHI HARU.n	18:00 ~ 19:00 Basic emina.U				
	19:30 ~ 20:30 Basic emina.U	19:30 ~ 20:30 Waist KAEDE.s	close		close	19:30 ~ 20:30 Back & Arm CHI HARU.n		19:30 ~ 20:30 Basic emina.U	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg CHI HARU.n	
	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning CHI HARU.n	21:00 ~ 22:00 Basic emina.U				21:00 ~ 22:00 Pre Basic Elliy		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg CHI HARU.n	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Atsuko.a	

👉：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

2026/07/03 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 Beauty Conditioning CHIHARU.n	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg emina.U	10:30 ~ 11:30 Waist KAEDE.s	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mika	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mika		
12:00 ~ 13:00 Basic emina.U	12:00 ~ 13:00 Waist nene.l	12:30 ~ 13:30 Basic emina.U		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mika	12:00 ~ 13:00 Basic Mia.k		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg CHIHARU.n		
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg CHIHARU.n	13:30 ~ 14:30 Basic emina.U	14:30 ~ 15:30 Waist KAEDE.s		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 nene.l	16:30 ~ 17:30 Basic emina.U	close		18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Mika	18:00 ~ 19:00 Waist KAEDE.s		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mika	18:00 ~ 19:00 Basic emina.U	
16:30 ~ 17:30 Waist KAEDE.s	close			18:00 ~ 19:00 Basic Mia.k	19:30 ~ 20:30 Basic emina.U		19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning CHIHARU.n	19:30 ~ 20:30 Basic Mia.k	19:30 ~ 20:30 Back & Arm CHIHARU.n
18:00 ~ 19:00 Basic Mia.k				21:00 ~ 22:00 Basic Mia.k	21:00 ~ 22:00 Waist KAEDE.s		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg CHIHARU.n	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mika	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 Mika	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg CHIHARU.n	10:30 ~ 11:30 Basic emina.U	close	10:30 ~ 11:30 Waist KAEDE.s		
12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning AYUMI.F	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 KAEDE.s	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning CHIHARU.n		13:30 ~ 14:30 Waist KAEDE.s		
15:00 ~ 16:00 Hip Punch Mia.k	16:30 ~ 17:30 Hip Punch Mika		18:00 ~ 19:00 Back & Arm CHIHARU.n	18:00 ~ 19:00 Basic Mia.k		18:00 ~ 19:00 Waist KAEDE.s	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg CHIHARU.n	
16:30 ~ 17:30 Basic KAEDE.s	close		19:30 ~ 20:30 Waist KAEDE.s	19:30 ~ 20:30 Back & Arm CHIHARU.n		19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning CHIHARU.n	19:30 ~ 20:30 Basic Mia.k	
18:00 ~ 19:00 Basic emina.U			21:00 ~ 22:00 Basic Mia.k	21:00 ~ 22:00 Waist KAEDE.s		21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Mia.k	21:00 ~ 22:00 Basic Mia.k	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。