

pilatesK 厚木店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/19 更新
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
		close			close			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
jump to burn	Basic		Back & Arm	Release&Strength		Pilates Workout	Waist	
SHIORI.O	Mana.N		Wakana.O	SHIORI.O		Chihiro.N	Mana.N	
12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg			Basic	Back & Arm		Hip & Leg	Pilates Workout	
SHIORI.O			Mana.N	Wakana.O		SHIORI.O	Chihiro.N	
13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Basic	Back & Arm		Back & Arm			Beauty Conditioning	Pre Basic	
Mana.N	Wakana.O		Wakana.O			Chihiro.N	Chihiro.N	
15:00 ~ 16:00							15:00 ~ 16:00	
Waist							Hip & Leg	
Mana.N							Mana.N	
close	14:30 ~ 15:30		close			close	close	
	Waist							
Mana.N								
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Release&Strength			Hip & Leg	Basic	jump to burn	Back & Arm	Back & Spine	
SHIORI.O			Mana.N	Mana.N	SHIORI.O	Wakana.O	Chihiro.N	
	16:30 ~ 17:30		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 19:30	
	Back & Arm		Basic	Hip & Leg	Back & Arm	Waist	疑問解消無料ﾋﾞﾅｰｽﾞ	
	Wakana.O		emina.U	Mana.N	Wakana.O	Mana.N	Wakana.O	
	18:00 ~ 18:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
	疑問解消無料ﾋﾞﾅｰｽﾞ		Waist	Back & Arm	Pilates Barre	Basic		
	Mana.N		Mana.N	Wakana.O	SHIORI.O	Mana.N		

pilatesK 厚木店		【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール					
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
日	月	火	水	木	金	土	日
							9:30 ~ 10:00
							疑問解消無料ﾋﾞﾅｰｽﾞ
							SHIORI.O
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm		Waist	Back & Arm		Pilates Barre	Hip & Leg	Waist
Wakana.O		Mana.N	Wakana.O		SHIORI.O	Mana.N	Mana.N
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
		Back & Arm	Shape up waist		Basic	Waist	
		Wakana.O	Chihiro.N		Mana.N	Mana.N	
12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30
Shape up waist		Pilates Barre			Hip & Leg	Release&Strength	jump to burn
Chihiro.N		Chihiro.N			SHIORI.O	SHIORI.O	SHIORI.O
		15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00	
		Basic				Back & Spine	
		Mana.N				Chihiro.N	
14:30 ~ 15:30							14:30 ~ 15:30
Back & Arm		close				close	Hip & Leg
Wakana.O							Mana.N
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
		Pilates Workout	jump to burn	Basic	Shape up waist	Basic	
		Chihiro.N	SHIORI.O	Mana.N	Chihiro.N	SHIORI.O	
16:30 ~ 17:30			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		16:30 ~ 17:30
Beauty Conditioning			Release&Strength	Waist	Back & Arm		Basic
Chihiro.N			SHIORI.O	Mana.N	Wakana.O		SHIORI.O
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
			Hip & Leg	Beauty Conditioning	Pre Basic		
			Mana.N	Chihiro.N	Chihiro.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。

pilatesK 厚木店

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/19 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close			close			9:30 ~ 10:00 疑問解消無料アドバイス Chihiro.N	close		
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
	Release&Strength	Waist		Back & Arm	Back & Spine	Shape up waist			
	SHIORI.O	Mana.N		SHIORI.O	Chihiro.N	Chihiro.N			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
	Shape up waist	Pilates Workout		jump to burn	Hip & Leg				
	Chihiro.N	Chihiro.N		Akane.I	SHIORI.O				
	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30			
	Basic			Basic	Beauty Conditioning	Release&Strength			
	SHIORI.O			SHIORI.O	Chihiro.N	SHIORI.O			
	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00			
						Pilates Barre			
						SHIORI.O			
						close		14:30 ~ 15:30	
								Pre Basic	Chihiro.N
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
	Waist	Hip & Leg		Pilates Barre	Hip & Leg	Back & Arm			
	Chihiro.N	Mana.N		SHIORI.O	Mana.N	Wakana.O			
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		close	16:30 ~ 17:30
	Pre Basic	Basic		Beauty Conditioning	Release&Strength	Hip & Leg			
	Chihiro.N	Mana.N		Chihiro.N	SHIORI.O	SHIORI.O			
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
	Hip & Leg	Back & Arm		Hip & Leg	Waist				
	Mana.N	Wakana.O		Wakana.O	Mana.N				

pilatesK 厚木店

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
火	水	木	金	土	日	月	
		close				close	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Hip & Leg 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️		Pilates Barre	Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️		
Wakana.O	Chihiro.N		SHIORI.O	Mana.N	SHIORI.O		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Pre Basic 🏋️	Waist 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Back & Arm 🏋️			
Chihiro.N	Mana.N		Wakana.O	Wakana.O			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30		
jump to burn			Shape up waist	Pilates Workout	Back & Spine		
SHIORI.O			Chihiro.N	Chihiro.N	Chihiro.N		
close			close	15:00 ~ 16:00			
				Beauty Conditioning 🏋️			
				Chihiro.N			
	close		14:30 ~ 15:30				
			Basic 🏋️				
			Mana.N				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Beauty Conditioning 🏋️	Pilates Barre		Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	Waist 🏋️		
Chihiro.N	SHIORI.O	SHIORI.O	Mana.N	Mana.N			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	16:30 ~ 17:30		
Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Waist 🏋️		Release&Strength		
SHIORI.O	Wakana.O	SHIORI.O	Mana.N		SHIORI.O		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Back & Spine	Release&Strength	Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️				
Chihiro.N	SHIORI.O	Mana.N	Wakana.O				

🌱 : 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。