

pilatesK 羽才鳳		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/08/14 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	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
jump to burn	Beauty Conditioning 🍌		Basic 🍌	Hip & Leg 🍌		Waist 🍌	Basic 🍌	
Yuna	Harune.A		Honoka.y	Harune.A		Yuna	Honoka.y	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Shape up waist	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Pilates Cardio	
Momoka.m	yuka.k		Yuna	yuka.k		RINA.K	Harune.A	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Beauty Conditioning 🍌	Pilates Cardio		Pilates Cardio			Beauty Conditioning 🍌	Back & Arm 🍌	
Yuna	Harune.A		Yuna			Yuna	Yuna	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Basic 🍌	Back & Arm 🍌							jump to burn
Momoka.m	RINA.K							Yuna
17:30 ~ 18:30	close							17:30 ~ 18:30
Back & Arm 🍌			Basic 🍌					
RINA.K			yuka.k					
close			18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Hip & Leg 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌	jump to burn			
		Harune.A	RINA.K	Honoka.y	Harune.A			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Basic 🍌	Pilates Cardio	Beauty Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌			
		yuka.k	Harune.A	Momoka.m	Yuna			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Waist 🍌	Basic 🍌	Waist 🍌	Basic 🍌					
yuka.k	Honoka.y	yuka.k	Harune.A					

pilatesK 羽風		【 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	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🇲🇵		Pre Basic 🇲🇵	Shape up waist		jump to burn	Waist 🇲🇵	Basic 🇲🇵	
RINA.K		Yuna	Momoka.m		Yuna	RINA.K	Honoka.y	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic 🇲🇵		Waist 🇲🇵	Basic 🇲🇵		Basic 🇲🇵	Basic 🇲🇵	Pilates Cardio	
Honoka.y		RINA.K	Honoka.y		Honoka.y	saya.n	Harune.A	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic 🇲🇵		jump to burn			Waist 🇲🇵	Body Balance	Waist 🇲🇵	
Honoka.y		Yuna			Yuna	saya.n	RINA.K	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Waist 🇲🇵		Basic 🇲🇵			close	Back & Arm 🇲🇵	Body Balance	
yuka.k		Honoka.y				RINA.K	saya.n	
close		close				close	close	close
close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		
			Back & Arm 🇲🇵	Pilates Cardio	Hip & Leg 🇲🇵			
			RINA.K	Harune.A	Harune.A			
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Hip & Leg 🇲🇵	Basic 🇲🇵	Back & Arm 🇲🇵			
Yuna	yuka.k	Yuna						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Waist 🇲🇵	Back & Arm 🇲🇵	Beauty Conditioning 🇲🇵						
yuka.k	RINA.K	Harune.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 阿羽鳳

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/08/14 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Shape up waist	Back &Arm 🌱		Pre Basic 🌱	Pilates Cardio	Hip &Leg 🌱		
	Momoka.m	RINA.K		Yuna	Yuna	Harune.A		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Basic 🌱	Pilates Cardio		jump to burn	Body Balance	Waist 🌱		
	Honoka.y	Harune.A		Yuna	saya.n	Momoka.m		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Waist 🌱			Back &Arm 🌱	Basic 🌱	Basic 🌱		
	Momoka.m			RINA.K	Honoka.y	Honoka.y		
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
					Hip &Leg 🌱	Shape up waist		
		saya.n			Momoka.m			
		17:30 ~ 18:30			close			
	Beauty Conditioning 🌱							
	Yuna							
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close
	Basic 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱		Beauty Conditioning 🌱		
Honoka.y	Honoka.y	Yuna	Harune.A					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Back &Arm 🌱	Waist 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱					
RINA.K	RINA.K	Harune.A	Honoka.y					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Waist 🌱	Basic 🌱	Pre Basic 🌱	Hip &Leg 🌱					
RINA.K	Honoka.y	Yuna	Harune.A					

pilatesK 阿羽鳳

【 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
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
jump to burn	Basic 🌱		Body Balance	Basic 🌱	Pilates Cardio	
Harune.A	Honoka.y		saya.n	Harune.A	Yuna	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Basic 🌱	jump to burn	Basic 🌱	
RINA.K	Yuna		Honoka.y	Harune.A	Honoka.y	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Beauty Conditioning 🌱			Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	
Harune.A			saya.n	Yuna	Harune.A	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	
		Waist 🌱			Beauty Conditioning 🌱	
	RINA.K	Harune.A				
	17:30 ~ 18:30	close				
Hip & Leg 🌱						
Yuna						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Waist 🌱	Pilates Cardio		Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱		
RINA.K	Harune.A	Yuna	Honoka.y	close		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱			
Yuna	RINA.K	Honoka.y	RINA.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	jump to burn	Back & Arm 🌱			
Yuna	Harune.A	Yuna	RINA.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。