

pilatesK

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/14 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	close	close	
	Basic 🌱	Waist 🌱		jump to burn	Beauty Conditioning 🌱			
	Hana. s	Aika.S		Aika.S	Yuri.H			
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			
	Back &Arm 🌱	Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱			
	Aika.S	Hana. s		Yuri.H	Hana. s			
	close	close		close	14:30 ~ 15:30			
					Hip & Leg 🌱			
					Yuri.H			
					16:30 ~ 17 : 30			
					Basic 🌱			
	Hana. s	close						
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00
	Basic 🌱			Back & Arm 🌱	Waist 🌱			Basic 🌱
	Hana. s			Aika.S	Hana. s			Hana. s
	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30
	jump to burn			Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱			Back & Arm 🌱
Aika.S	Yuri.H		Yuri.H	Aika.S				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22 : 00	21:00 ~ 22:00					
Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱					
Hana. s	Yuri.H	Hana. s	Hana. s					

pilatesK

【 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	close	close		
Hip & Leg 🌱	jump to burn		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱				
Yuri.H	Aika.S		Yuri.H	Yuri.H				
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
Basic 🌱	Waist 🌱		jump to burn	Basic 🌱				
Hana. s	Hana. s		Aika.S	Hana. s				
close	close		close	14:30 ~ 15:30				
				Beauty Conditioning 🌱				
				Yuri.H				
				16:30 ~ 17:30				
				Waist 🌱				
				Hana. s				
				close			close	close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱					
Hana. s	Yuri.H	Hana. s	Hana. s					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱					
Yuri.H	Hana. s	Yuri.H	Yuri.H					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱					
Hana. s	Yuri.H	Hana. s	Hana. s					

🌱 : 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。