

pilatesK		【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール						2026/07/15 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	
close	close	close	close	close	close	close	close	

pilatesK		【 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		
close	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
	Basic		Waist	Basic		Waist		
	Rio.T		Rio.T	Kia		Rina.A		
	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30		
	Hip&Leg		Basic	Hip&Leg		Basic		
	Sakurako.K		Sakurako.K	Kia		Sakurako.K		
	14:30 ~ 15:30		close	close		close		
	Waist							
	Rina.A							
	16:30 ~ 17:30							
	Basic							
	kia							
	close							
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
			Back&Arm	Waist		Basic	Back&Arm	
			Rina.A	Sakurako.K		Sakurako.K	Kia	
			20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00		20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	
			Basic	Back&Arm		Waist	Basic	
			Sakurako.K	tsubaki.y		Rio.T	Rio.T	

・休職可能レッスン
 ・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週間前迄にお願いいたします。
 ・レッスン開始前日1時前迄に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。