

pilatesK ウエステ垂水		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/07/31 更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	
Basic	Back&Arm		Basic	Back&Arm			Pre Basic	
Shiho.Y	Maho.S		Asuka.H	Maho.S			Shiho.Y	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	
Hip&Leg	Pre Basic		Waist	Pre Basic			Back&Arm	
Maho.S	Shiho.Y		Kihiro.K	Asuka.H			Kihiro.K	
close	close		close	14:30 ~ 15:30			close	
				Waist				
				Kihiro.K				
				16:30 ~ 17:30				
		Basic						
			Asuka.H					
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00				17:00 ~ 18:00	
Pre Basic	Hip&Leg	Waist	Pre Basic				Waist	
Asuka.H	Maho.S	Kihiro.K	Shiho.Y				Kihiro.K	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	
Waist	Basic	Back&Arm	Hip&Leg				Basic	
Kihiro.K	Asuka.H	Shiho.Y	Maho.S				未定	

pilatesK ウエステ垂水		【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール															
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16										
水	木	金	土	日	月	火	水										
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30										
Waist		Waist	Basic			Waist	Hip&Leg										
Shiho.Y		Kihiro.K	Asuka.H			Asuka.H	Maho.S										
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30										
Basic		Back&Arm	Waist			Basic	Back&Arm										
Asuka.H		Maho.S	Kihiro.K			Shiho.Y	Kihiro.K										
close		close	close			14:30 ~ 15:30	close	close									
						Pre Basic											
						Shiho.Y											
						16:30 ~ 17:30											
	Hip&Leg																
Asuka.H	close	close	close	close	close												
close						close	close	close	close								
										close	close	close	close				
														close	close	close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						
												close	close	close	close		
																close	close
	close	close	close	close													
close					close	close	close										
								close	close	close	close						

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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 時間前まで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 ウエステ垂水

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/07/31 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24			
木	金	土	日	月	火	水	木			
close	10:30 ~ 11:30 Basic Shiho.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Maho.S	close	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Maho.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Maho.S	close			
	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Asuka.H	12:30 ~ 13:30 Basic Asuka.H			12:30 ~ 13:30 Back & Arm Kihiro.K	12:30 ~ 13:30 Basic Shiho.Y				
	close	14:30 ~ 15:30 Waist Shiho.Y			14:30 ~ 15:30 Pre Basic Shiho.Y	14:30 ~ 15:30 Waist Kihiro.K				
		16:30 ~ 17:30 Pre Basic Asuka.H			16:30 ~ 17:30 Waist Kihiro.K	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Maho.S				
		close			close	close		close		
	17:00 ~ 18:00 Hip & Leg Maho.S	17:00 ~ 18:00 Pre Basic Asuka.H			close	close		close	close	17:00 ~ 18:00 Back & Arm Kihiro.K
	19:00 ~ 20:00 Pre Basic Asuka.H	19:00 ~ 20:00 Waist Kihiro.K								19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Maho.S

pilatesK ウエステ垂水

【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip&Leg	Pre Basic			Back&Arm	Basic
Maho.S	未定			Maho.S	Shiho.Y
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Pre Basic	Back&Arm			Pre Basic	Hip&Leg
Asuka.H	Kihiro.K			Asuka.H	Maho.S
close	14:30 ~ 15:30			close	close
	Hip&Leg				
	Maho.S				
	16:30 ~ 17:30				
	Waist				
	Kihiro.K				
17:00 ~ 18:00	close			17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00
Basic		Hip&Leg	Pre Basic		
Shiho.Y		Asuka.H	Asuka.H		
19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Back&Arm				Basic	Back&Arm
Maho.S				未定	Shiho.Y

・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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは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。