

pilatesK		カインズモール彦根		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2026/07/14 更新	
08/01		08/02		08/03		08/04		08/05	
08/06		08/07		08/08					
土		日		月		火		水	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30				10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Basic		Back & Arm				Hip & Leg		Basic	
Saki.K		Rina.H				Rina.H		Saki.K	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Waist		Basic				Basic		Waist	
anna		Saki.K				Seira.K		anna	
13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Basic		Hip & Leg				jump to burn		Beauty Conditioning	
Seira.K		Rina.H				Rina.H		anna	
15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30							
jump to burn		Basic							
anna		Saki.K							
close				close		close		close	
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30	
Basic								Waist	
Saki.K								anna	
						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
						Basic		Beauty Conditioning	
						Seira.K		Rina.H	
						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
						Waist		Basic	
						anna		Seira.K	
						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
						Back & Arm		Hip & Leg	
						anna		Rina.H	
								Seira.K	

pilatesK カインズモール彦根		【 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	
Basic 🌈		Back & Arm 🌈	Beauty Conditioning 🌈		Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Waist 🌈	
Seira.K		Saki.K	Rina.H		Seira.K	Saki.K	anna	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
jump to burn		Hip & Leg 🌈	Back & Arm 🌈		Waist 🌈	Basic 🌈	Basic 🌈	
Rina.H		Rina.H	Saki.K		Rina.H	Haruka.Y	Seira.K	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic 🌈		Basic 🌈			Basic 🌈	Waist 🌈	Hip & Leg 🌈	
Seira.K		Saki.K			Seira.K	Haruka.Y	anna	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Back & Arm 🌈		Waist 🌈				Basic 🌈	Basic 🌈	
Rina.H		Rina.H				Seira.K	Seira.K	
close		close				close	close	close
		17:30 ~ 18:00					17:30 ~ 18:00	
		Basic 🌈					Back & Arm 🌈	
		Seira.K					Saki.K	
		close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	
			Waist 🌈	Hip & Leg 🌈	Beauty Conditioning 🌈			
			anna	Rina.H	anna			
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Basic 🌈			
			Seira.K	anna	Saki.K			
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		jump to burn	Waist 🌈	Back & Arm 🌈				
		anna	Rina.H	Saki.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。

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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		
	Seira.K	anna		Saki.K	anna	Saki.K		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Waist 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	jump to burn	Hip & Leg 🌱		
	anna	Seira.K		anna	anna	Rina.H		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Basic 🌱			Basic 🌱	Back & Arm 🌱			
	Seira.K			Saki.K	Saki.K			
	close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
					Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱		
					anna	Rina.H		
					close			
					17:30 ~ 18:30			
	Basic 🌱							
	Seira.K							
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
jump to burn	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱					
Rina.H	Saki.K	Seira.K	Rina.H					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱					
anna	anna	Rina.H	Seira.K					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱					
Rina.H	Saki.K	Saki.K	Rina.H					

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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Waist 🏋️	Basic 🏋️		Basic 🏋️	Basic 🏋️	jump to burn	
Rina.H	Seira.K		Saki.K	Seira.K	anna	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️		Beauty Conditioning 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️	
Saki.K	anna	Rina.H	anna	Rina.H		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Back & Arm 🏋️			Back & Arm 🏋️	Pre Basic 🏋️		
Saki.K			Saki.K	Rina.H	anna	
			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
				Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️	
		Seira.K		Rina.H		
		close				
		17:30 ~ 18:30				
		anna				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic 🏋️	Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️	jump to burn			
Seira.K	Rina.H	Saki.K	anna			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Hip & Leg 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Waist 🏋️			
Rina.H	Saki.K	Seira.K	anna			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️			
Seira.K	Rina.H	Rina.H	Seira.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。