

pilatesK フォレオひびきの

【 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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic			Hip & Leg	Waist		Back & Arm	Waist	
Yuu.Y			Yurika.t	Yuu.Y		Kokoru.y	Kokoru.y	
12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Waist			Back & Arm	Basic		Beauty Conditioning	Basic	
Kokoru.y			Kokoru.y	Yurika.t		Yuu.Y	Yurika.t	
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Hip & Leg			Basic			Hip & Leg	Back & Arm	
Yurika.t			Yurika.t			Kokoru.y	Kokoru.y	
15:00 ~ 16:00			close			close	close	15:00 ~ 16:00
Back & Arm								Hip & Leg
Yuu.Y				Yurika.t				
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30				
Hip & Leg			Pre Basic	close		close	close	close
Kokoru.y			Kokoru.y					
close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
	Beauty Conditioning	Pre Basic	Waist		Hip & Leg			
	Yuu.Y	Kokoru.y	Kokoru.y		Yurika.t			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Pre Basic	Waist	Basic	Waist				
Kokoru.y	Kokoru.y	Yurika.t	Yuu.Y	close				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Waist	Hip & Leg	Back & Arm	Basic					
Yuu.Y	Yurika.t	Kokoru.y	Yurika.t					

pilatesK フォレオひびきの

【 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								
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close								
		Waist 🏋️	Basic 🏋️		Waist 🏋️	Basic 🏋️									
		Yuu.Y	Yurika.t		Yuu.Y	Yurika.t									
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00									
		Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️		Pre Basic 🏋️	Waist 🏋️									
		Yurika.t	Yurika.t		Kokoru.y	Kokoru.y									
		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30									
		Back & Arm 🏋️			Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️									
		Kokoru.y			Yuu.Y	Yurika.t									
		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00									
		Beauty Conditioning 🏋️				Back & Arm 🏋️									
		Yuu.Y				Kokoru.y									
					17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30							
					Hip & Leg 🏋️			Basic 🏋️							
					Yurika.t			Yurika.t							
			close		close			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
								Waist 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️					
Yuu.Y	Yurika.t	Yurika.t													
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30													
Pre Basic 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️	Waist 🏋️													
Kokoru.y	Yuu.Y	Kokoru.y													
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00													
Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️													
Yuu.Y	Yurika.t	Yurika.t													

🌱：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。

pilatesK フォレオひびきの

【 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	close	close	
	Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			
	Kokoru.y	Kokoru.y		Yurika.t	Kokoru.y			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Waist 🌿	Pre Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿			
	Kokoru.y	Kokoru.y		Yuu.Y	Yuu.Y			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Hip & Leg 🌿			Waist 🌿	Back & Arm 🌿			
	Yurika.t			Yuu.Y	Kokoru.y			
	close			close	close			15:00 ~ 16:00
		Waist 🌿						
		Yuu.Y						
		17:30 ~ 18:30						
	close	close		close	close			close
Yuu.Y								
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic 🌿			Hip & Leg 🌿			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	
Yurika.t			Yurika.t			Yurika.t	Yurika.t	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Pre Basic 🌿					
Yuu.Y	Kokoru.y	Kokoru.y	Kokoru.y					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿					
Yuu.Y	Yurika.t	Yurika.t	Kokoru.y					

pilatesK フォレオひびきの

【 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
Waist 🌿	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		
Kokoru.y	Yurika.t		Yurika.t	Yurika.t		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿		
Kokoru.y	Yuu.Y		Yuu.Y	Kokoru.y		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Basic 🌿			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		
Yurika.t			Yurika.t	Yurika.t		
close			close	15:00 ~ 16:00		
		Kokoru.y				
	17:30 ~ 18:30	Waist 🌿				
		Kokoru.y				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿			
Yurika.t	Kokoru.y	Yuu.Y	Kokoru.y			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿			
Yuu.Y	Yuu.Y	Kokoru.y	Yurika.t			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿			
Yuu.Y	Kokoru.y	Yuu.Y	Kokoru.y			

🌿 : 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。