

pilatesK		ヤオコー福生牛浜		【 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		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					
Back & Arm 🇯🇵						Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵				Back & Arm 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵					
Nico.T						Hirona.K		未定				Sakura.Y		Rei.U					
12:00 ~ 13:00						12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00					
Basic 🇯🇵						Pre Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵				Waist 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵					
Camila.K						Rei.U		Hirona.K				sayaka.K		Sakura.Y					
13:30 ~ 14:30						13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30					
Waist 🇯🇵						Back & Arm 🇯🇵						Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵					
Camila.K						Sakura.Y						未定		Rei.U					
15:00 ~ 16:00						close						close		close		15:00 ~ 16:00			
Hip & Leg 🇯🇵																Back & Arm 🇯🇵			
Nico.T																Sakura.Y			
close																close			
17:30 ~ 18:30						close						close		close		close		17:30 ~ 18:30	
Back & Arm 🇯🇵																		Basic 🇯🇵	
Nico.T																		Rei.U	
close		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30								close	
		Hip & Leg 🇯🇵		Waist 🇯🇵				Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵									
		Hirona.K		Hirona.K				Sakura.Y		Nico.T									
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00									
		Waist 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵				Waist 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵									
		Hirona.K		Camila.K				Hirona.K		Nico.T									
		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
		Back & Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵		Waist 🇯🇵											
Sakura.Y		未定		Hirona.K		sayaka.K													

pilatesK ヤオコー福生牛浜		【 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	
		Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		
		sayaka.K	Hirona.K		Hirona.K	sayaka.K		
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
		Waist 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Waist 🌿		
		Hirona.K	未定		Sakura.Y	sayaka.K		
		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
		Basic 🌿			Waist 🌿	Basic 🌿		
		sayaka.K			Hirona.K	未定		
		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00		
		Hip & Leg 🌿				Back & Arm 🌿		
		Hirona.K				Sakura.Y		
		close				close		
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		
		Waist 🌿				Waist 🌿		
		Hirona.K				sayaka.K		
		close	close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close
				Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		
				sayaka.K	Nico.T	Rei.U		
				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
				Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿		
				Hirona.K	Sakura.Y	Rei.U		
				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
				Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
		sayaka.K	未定	Sakura.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。

pilatesK ヤオコー福生牛浜

【 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 🍌	Back & Arm 🍌		Waist 🍌	Back & Arm 🍌			
	未定	Sakura.Y		Hirona.K	sayaka.K			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Back & Arm 🍌	Waist 🍌		Pre Basic 🍌	Basic 🍌			
	sayaka.K	sayaka.K		Rei.U	未定			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Basic 🍌			Back & Arm 🍌	Waist 🍌			
	未定			Hirona.K	sayaka.K			
	close			close	15:00 ~ 16:00			Basic 🍌
					未定			
					close			
					17:30 ~ 18:30			
					Basic 🍌			
					未定			
	16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30
	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌		Waist 🍌	Back & Arm 🍌			
	Camila.K	未定		Hirona.K	Sakura.Y			
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
	Back & Arm 🍌	Waist 🍌		Basic 🍌	Hip & Leg 🍌			
sayaka.K	sayaka.K	未定	Camila.K					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Waist 🍌	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌					
sayaka.K	未定	Hirona.K	未定					

pilatesK ヤオコー福生牛浜

【 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	
Back & Arm 🌈	Basic 🌈		Hip & Leg 🌈	Basic 🌈			
Sakura.Y	sayaka.K		Hirona.K	sayaka.K			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Hip & Leg 🌈	Back & Arm 🌈		Basic 🌈	Hip & Leg 🌈			
Hirona.K	sayaka.K		未定	Nico.T			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Back & Arm 🌈			Waist 🌈	Basic 🌈			
Sakura.Y			Hirona.K	sayaka.K			
close			close	close			15:00 ~ 16:00
							Back & Arm 🌈
							Nico.T
							close
17:30 ~ 18:30							
Hip & Leg 🌈							
Nico.T							
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			close
Hip & Leg 🌈	Basic 🌈	Hip & Leg 🌈	Back & Arm 🌈				
Nico.T	Camila.K	Hirona.K	Sakura.Y				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Waist 🌈	Hip & Leg 🌈	Waist 🌈	Basic 🌈				
Hirona.K	Hirona.K	Hirona.K	未定				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Basic 🌈	Hip & Leg 🌈				
未定	Camila.K	未定	Nico.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時間前を切っの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。