

pilatesK 厚木店							
【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール							
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
土	日	月	火	水	木	金	土
		close			close		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
jump to burn	Basic		Back&Arm	Release&Strength		Pilates Workout	Waist
SHIORI.O	Mana.N		Wakana.O	SHIORI.O		Chihiro.N	Mana.N
12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip&Leg			Basic	Back&Arm		Hip&Leg	Pilates Workout
SHIORI.O			Mana.N	Wakana.O		SHIORI.O	Chihiro.N
13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic	Back&Arm		Back&Arm			Beauty Conditioning	Pre Basic
Mana.N	Wakana.O		Wakana.O			Chihiro.N	Chihiro.N
15:00 ~ 16:00							15:00 ~ 16:00
Waist							Hip&Leg
Mana.N							Mana.N
close	14:30 ~ 15:30						close
	Waist						
	Mana.N						
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Release&Strength			Hip&Leg	Basic	jump to burn	Back&Arm	Back&Spine
SHIORI.O			Mana.N	Mana.N	SHIORI.O	Wakana.O	Chihiro.N
	16:30 ~ 17:30		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 19:30
	Back&Arm		Basic	Hip&Leg	Back&Arm	Waist	疑問解消無料ヒアリス
	Wakana.O		emina.U	Mana.N	Wakana.O	Mana.N	Wakana.O
close	18:00 ~ 18:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
	疑問解消無料ヒアリス		Waist	Back&Arm	Pilates Barre	Basic	
	Mana.N		Mana.N	Wakana.O	SHIORI.O	Mana.N	

pilatesK 厚木店							
【 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
							9:30 ~ 10:00
							疑問解消無料ヒアリス
							SHIORI.O
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back&Arm		Waist	Back&Arm		Pilates Barre	Hip&Leg	Waist
Wakana.O		Mana.N	Wakana.O		SHIORI.O	Mana.N	Mana.N
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
		Back&Arm	Shape up waist		Basic	Waist	
		Wakana.O	Chihiro.N		Mana.N	Mana.N	
12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30		close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30
Shape up waist		Pilates Barre			Hip&Leg	Release&Strength	jump to burn
Chihiro.N		Chihiro.N			SHIORI.O	SHIORI.O	SHIORI.O
		15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00	
	close	Basic	close			Back&Spine	
		Mana.N				Chihiro.N	
14:30 ~ 15:30					close		14:30 ~ 15:30
Back&Arm		close				close	Hip&Leg
Wakana.O							Mana.N
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
		Pilates Workout	jump to burn	Basic	Shape up waist	Basic	
		Chihiro.N	SHIORI.O	Mana.N	Chihiro.N	SHIORI.O	
16:30 ~ 17:30			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		16:30 ~ 17:30
Beauty Conditioning			Release&Strength	Waist	Back&Arm		Basic
			SHIORI.O	Mana.N	Wakana.O		SHIORI.O
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
			Hip&Leg	Beauty Conditioning	Pre Basic		
			Mana.N	Chihiro.N	Chihiro.N		

・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時間前までにお申し込みしております。
 ・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 厚木店		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/08/07 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			close			9:30 ~ 10:00 疑問解消無料ビデオ Chihiro.N	close				
	10:30 ~ 11:30 Release&Strength SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Waist Mana.N		10:30 ~ 11:30 Back&Arm SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Back&Spine Chihiro.N	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Chihiro.N					
	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Chihiro.N		12:00 ~ 13:00 jump to burn Akane.I	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg SHIORI.O						
	13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O			13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning Chihiro.N	12:30 ~ 13:30 Release&Strength SHIORI.O					
		close		close	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre SHIORI.O					
						close		close	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Chihiro.N		

pilatesK 厚木店		【 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	
		close				close	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Hip&Leg Wakana.O	Beauty Conditioning Chihiro.N		Pilates Barre SHIORI.O	Basic Mana.N	Hip&Leg SHIORI.O		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Release&Strength SHIORI.O	Waist Mana.N		Hip&Leg Wakana.O	Back&Arm Wakana.O			
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			12:30 ~ 13:30
jump to burn SHIORI.O			Shape up waist Chihiro.N	Pilates Workout Chihiro.N	Back&Spine Chihiro.N		
close			close	15:00 ~ 16:00 Beauty Conditioning Chihiro.N	14:30 ~ 15:30 Basic Mana.N		
				close			
				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30
Beauty Conditioning Chihiro.N	Pilates Barre SHIORI.O		Hip&Leg SHIORI.O	Basic Mana.N	Waist Mana.N		16:30 ~ 17:30 Release&Strength SHIORI.O
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		
Basic SHIORI.O	Back&Arm Wakana.O		Basic SHIORI.O	Waist Mana.N			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Back&Spine Chihiro.N	Release&Strength SHIORI.O		Waist Mana.N	Back&Arm Wakana.O			

・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。