

四街道

スケジュール

2026/08/18

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						Waist		Basic				Back & Arm		Hip & Leg					
mai.h						asuka		sachi.s				mai.h		mai.h					
12:30 ~ 13:30						12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30				12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30					
Waist						Basic		Hip & Leg				Basic		Basic					
asuka						sachi.s		mai.h				asuka		イントラ未確定					
14:30 ~ 15:30						close		close				close		close		close		14:30 ~ 15:30	
Hip & Leg																		Waist	
mai.h																		asuka	
16:30 ~ 17:30																		16:30 ~ 17:30	
Basic		close		close		close		close		close		Back & Arm							
sachi.s												mai.h							
18:00 ~ 19:00												18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Back & Arm												Basic		Basic		Waist			
mai.h		sachi.s		Noa.O		asuka		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30							
Basic		Waist		Hip & Leg		Basic		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30							
イントラ未確定		asuka		mai.h		sachi.s		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30							

【 08/09 ～ 08/16 】 スケジュール

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	
		Basic 🍌🍌	Hip & Leg 🍌🍌		Basic 🍌🍌	Basic 🍌🍌		
		mai.h	mai.h		イントラ未確定	sachi.s		
		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
		Back & Arm 🍌🍌	Basic 🍌🍌		Back & Arm 🍌🍌	Back & Arm 🍌🍌		
		asuka	sachi.s		Rina.i	mai.h		
		14:30 ~ 15:30	close		close	14:30 ~ 15:30		
		Basic 🍌🍌				Hip & Leg 🍌🍌		
		sachi.s				sachi.s		
		16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30		
		Waist 🍌🍌				Basic 🍌🍌		
		asuka				イントラ未確定		
close	close	close	close	close	close			
						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
						Waist 🍌🍌	Hip & Leg 🍌🍌	Hip & Leg 🍌🍌
						asuka	sachi.s	mai.h
close	close	close	close	close	close			
						20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
						Back & Arm 🍌🍌	Basic 🍌🍌	Basic 🍌🍌
		mai.h	mai.h	sachi.s				

- ・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 四街道

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/08/18 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 Waist 🌿 MIRAI.T	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 asuka	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 minoru.T	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 イントラ未確定	close	close
	12:30 ~ 13:30 Basic 🌿 mai.h	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌿 mai.h		12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🌿 mai.h	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌿 sachi.s		
	close	close		close	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🌿 mai.h		
					16:30 ~ 17:30 Basic 🌿 sachi.s		
					close		
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌿 MIRAI.T	18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 イントラ未確定		18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 イントラ未確定	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 sachi.s		
	20:30 ~ 21:30 Basic 🌿 Natsuki.K	20:30 ~ 21:30 Waist 🌿 MIRAI.T		20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🌿 mai.h	20:30 ~ 21:30 Waist 🌿 Reiko.R		

pilatesK 四街道

【 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				
Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿						
asuka	asuka		mai.h	sachi.s						
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30						
Waist 🌿	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿						
Reiko.R	sachi.s		MIRAI.T	Rina.i						
	close		close	14:30 ~ 15:30						
				Basic 🌿						
				mai.h						
				16:30 ~ 17:30						
		Hip & Leg 🌿								
			sachi.s		close	close				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close						
							Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿
							sachi.s	Reiko.R	Kurumi.u	sachi.s
							20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
					Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
Reiko.R	asuka	イントラ未確定	MIRAI.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時間前を切つて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。