

pilatesK		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2026/07/12 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30						
Body Balance	Basic		Basic	Waist		jump to burn	Basic						
Noa.M	Mana.O		Mana.O	Yuu.O		haruka.T	Mana.O						
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00						
jump to burn	Beauty Conditioning		Waist	Pilates Barre		Basic	Back&Arm						
haruka.T	haruka.T		Yuu.O	Noa.M		Yuu.O	Honoka.Y						
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30						
Waist	Hip&Leg		Basic	お試し見学会		Waist	Pilates Cardio						
Yuu.O	Noa.M		Yuu.O	haruka.T		Yuu.O	Noa.M						
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00					
Back&Arm	Basic							Waist					
Honoka.Y	Yuu.O							Yuu.O					
close	close							close					
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30					
Basic								Body Balance					
Mana.O								Noa.M					
close								close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
									Back&Arm	Release&Strength	Pre Basic	Pilates Barre	
									Honoka.Y	haruka.T	Noa.M	Noa.M	
									19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
									Beauty Conditioning	Basic	Back&Arm	Basic	
									haruka.T	Mana.O	Honoka.Y	Mana.O	
									21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Back&Arm								Back&Arm	jump to burn	Body Balance			
Honoka.Y								Honoka.Y	haruka.T	Noa.M			

pilatesK		【 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						
Back&Arm		Hip&Leg	Basic		Beauty Conditioning	Pilates Cardio	Release&Strength						
Honoka.Y		Noa.M	Mana.O		haruka.T	miho	haruka.T						
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30						
Hip&Leg		Basic	Waist		Back&Arm	Basic	Back&Arm						
Noa.M		Yuu.O	haruka.T		Honoka.Y	Mana.O	Honoka.Y						
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30						
Back&Arm		Beauty Conditioning			Back&Arm	jump to burn	Basic						
Honoka.Y		haruka.T			Honoka.Y	haruka.T	Mana.O						
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
Pre Basic		Back&Arm				Back&Arm	Beauty Conditioning						
Noa.M		Honoka.Y				Honoka.Y	haruka.T						
close		16:30 ~ 17:00				close	close	close	close				
		お試し見学会											
		haruka.T											
		17:30 ~ 18:30											
		Release&Strength											
		haruka.T											
		close	close	close	close					close			
											18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
											Back&Arm	Basic	Waist
											Honoka.Y	Mana.O	Yuu.O
											19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
											Body Balance	Waist	Basic
											Noa.M	Yuu.O	Mana.O
											21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
											Basic	Hip&Leg	Waist
Yuu.O	Noa.M	Yuu.O											

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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週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時間前を切ったで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。

pilatesK		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/07/12 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	10:30 ~ 11:30	close	close	
	Basic	Pilates Barre		Basic	Hip&Leg	Back&Arm			
	Mana.O	Noa.M		Yuu.O	Honoka.Y	Honoka.Y			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Body Balance	Hip&Leg		Basic	Body Balance	Pre Basic			
	Noa.M	Honoka.Y		Mana.O	Noa.M	Noa.M			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Hip&Leg			Waist	Basic	Waist			
	Noa.M			Yuu.O	Mana.O	Yuu.O			
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Back&Arm			Basic				
		Honoka.Y			Mana.O				
		close			close				
	17:30 ~ 18:30								
	Pre Basic								
	Noa.M								
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
	Back&Arm	Waist		Pilates Cardio		Back&Arm			
Honoka.Y	Yuu.O	Noa.M	Honoka.Y						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Basic	Release&Strength	Basic	jump to burn						
Yuu.O	haruka.T	Yuu.O	haruka.T						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Back&Arm	Basic	Beauty Conditioning	Hip&Leg						
Honoka.Y	Mana.O	haruka.T	Honoka.Y						

pilatesK		【 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	10:30 ~ 11:30	close
Waist	Hip&Leg		Waist	jump to burn	Beauty Conditioning	
Yuu.O	Honoka.Y		Yuu.O	haruka.T	haruka.T	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Hip&Leg	Pilates Cardio		Basic	Hip&Leg	Back&Arm	
Honoka.Y	Noa.M		Mana.O	Noa.M	Honoka.Y	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic			Waist	Release&Strength	Basic	
Yuu.O			Yuu.O	haruka.T	Yuu.O	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	
		Basic			Pilates Cardio	
		Mana.O			Noa.M	
	close	close				
	17:30 ~ 18:30					
Waist						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:00 ~ 17:30	18:00 ~ 19:00	close	close	
Body Balance	Waist	Basic	Hip&Leg			
Noa.M	Yuu.O	Mana.O	Honoka.Y			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Pilates Barre	Basic	Beauty Conditioning	Back&Arm			
Noa.M	Mana.O	haruka.T	Honoka.Y			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic	Back&Arm	Waist	Pre Basic			
Mana.O	haruka.T	Yuu.O	Noa.M			

・体験可能レッスン
・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週間前迄にお願いいたします。
・レッスン開始時刻1時間前迄のキャンセルは、体験が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。