

pilatesK 福山		【 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								
Basic 🌱			Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱								
Miyuu.H			mia.k	Riri.O		mia.k	Natsuki.F								
12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30								
Back & Arm 🌱			Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Hip & Leg 🌱								
Natsuki.F			Miyuu.H	mia.k		Natsuki.F	Miyuu.H								
14:30 ~ 15:30			close	close		close	14:30 ~ 15:30								
Waist 🌱							Basic 🌱								
Miyuu.H							mia.k								
16:30 ~ 17:30							16:30 ~ 17:30								
Basic 🌱							Waist 🌱								
Natsuki.F							Miyuu.H								
close							close								
close							close								

pilatesK 福山		【 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			
		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱				
		Natsuki.F	mia.k		Miyuu.H	mia.k				
		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
		Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱				
		mia.k	Natsuki.F		mia.k	Natsuki.F				
		14:30 ~ 15:30	close		close	14:30 ~ 15:30				
		Back & Arm 🌱				Basic 🌱				
		Natsuki.F				mia.k				
		16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30				
		Basic 🌱				Back & Arm 🌱				
		mia.k				Natsuki.F				
		close				close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
								Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱
								Miyuu.H	Natsuki.F	Miyuu.H
								19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
								Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱
								Natsuki.F	mia.k	Miyuu.H
								21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
								Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱
								Miyuu.H	Miyuu.H	Natsuki.F

🌱：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。

pilatesK 福山

【 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 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱				
	Natsuki.F	Miyuu.H		Miyuu.H	mia.k				
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Pre Basic 🌱				
	Yuka.k	mia.k		Miyuu.H	Natsuki.F				
	close	close		close	14:30 ~ 15:30				
					Waist 🌱				
					Natsuki.F				
					16:30 ~ 17:30				
					Basic 🌱				
	close	close		close	close			close	
									18:00 ~ 19:00
									Basic 🌱
									Hip & Leg 🌱
									Pre Basic 🌱
									19:30 ~ 20:30
									Waist 🌱
Pre Basic 🌱									
Hip & Leg 🌱									
Basic 🌱									
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱						
mia.k	Natsuki.F	mia.k	mia.k						

pilatesK 福山

【 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 🌱					
Natsuki.F	Miyuu.H		mia.k	mia.k					
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30					
Pre Basic 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱					
Natsuki.F	Miyuu.H		mia.k	Miyuu.H					
close	close		close	14:30 ~ 15:30					
				Pre Basic 🌱					
				Natsuki.F					
				16:30 ~ 17:30					
				Waist 🌱					
				Miyuu.H					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			close		
Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Waist 🌱					
Miyuu.H	Natsuki.F	Natsuki.F	Natsuki.F						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱						
Miyuu.H	mia.k	mia.k	Natsuki.F						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Waist 🌱	Basic 🌱	Pre Basic 🌱	Basic 🌱						
Natsuki.F	mia.k	Natsuki.F	mia.k						

🌱 : 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。