

pilatesK

【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール

2026/07/11 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 🏋️			Basic 🏋️	Waist 🏋️		Body Balance	Pre Basic 🏋️				
Rio			Rio	Luuna.t		Rio	Luuna.t				
12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Basic 🏋️			Hip & Leg 🏋️	Back & Arm 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️				
airi.m			airi.m	Rio		Rio	airi.m				
14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Pilates Barre			Body Balance			Pre Basic 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️				
Rio			Rio			Luuna.t	Luuna.t				
16:30 ~ 17:30			close			close	close	16:30 ~ 17:30			
Beauty Conditioning 🏋️								Body Balance			
Luuna.t								airi.m			
close								close	close	close	close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00								
Pre Basic 🏋️	Basic 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️	Waist 🏋️								
Luuna.t	airi.m	Luuna.t	airi.m								
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30								
Waist 🏋️	Pilates Barre	Back & Arm 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️								
airi.m	Rio	Rio	Luuna.t								
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Beauty Conditioning 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Body Balance	Basic 🏋️								
Luuna.t	airi.m	airi.m	airi.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		
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		
		Pilates Barre	Back & Arm		Hip & Leg	Beauty Conditioning			
		Rio	Rio		airi.m	Luuna.t			
		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
		Basic	Waist		Pilates Barre	Basic			
		airi.m	Luuna.t		Rio	Rio			
		14:30 ~ 15:30	close		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
		Beauty Conditioning			Basic	Hip & Leg			
		Luuna.t			airi.m	airi.m			
		16:30 ~ 17:30			close	16:30 ~ 17:30			
		Hip & Leg				Waist			
		Rio				Rio			
		close							
		close							
		close							
		close							
		close							
		close							
		close							
		close							
		close							
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									

🌱：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

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/11 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 🏊 airi.m	10:30 ~ 11:30 Basic 🏊 airi.m	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🏊 Rio	10:30 ~ 11:30 Waist 🏊 Luuna.t	close	close			
	12:00 ~ 13:00 Body Balance Rio	12:30 ~ 13:30 Beauty Conditioning 🏊 Luuna.t		12:00 ~ 13:00 Waist 🏊 Luuna.t	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🏊 airi.m					
	13:30 ~ 14:30 Basic 🏊 airi.m	close		13:30 ~ 14:30 Body Balance Rio	14:30 ~ 15:30 Beauty Conditioning 🏊 Luuna.t					
	close			close	16:30 ~ 17:30 Basic 🏊 airi.m					
					close			close		
									close	close
	18:00 ~ 19:00 Pre Basic 🏊 Luuna.t	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Rio		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🏊 airi.m	18:00 ~ 19:00 Waist 🏊 airi.m					
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🏊 Rio	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🏊 airi.m		19:30 ~ 20:30 Waist 🏊 Luuna.t	19:30 ~ 20:30 Pre Basic 🏊 Luuna.t					
	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning 🏊 Luuna.t	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🏊 Rio		21:00 ~ 22:00 Body Balance Rio	21:00 ~ 22:00 Basic 🏊 airi.m					

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	close	close	
Basic 🟢	Body Balance 🟡		Pilates Barre 🟢	Beauty Conditioning 🟢			
airi.m	airi.m		Rio	Luuna.t			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Waist 🟢	Back & Arm 🟢		Basic 🟢	Waist 🟢			
Luuna.t	Rio		airi.m	airi.m			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
Pre Basic 🟢			Back & Arm 🟢	Basic 🟢			
Luuna.t			Rio	Luuna.t			
close			close	16:30 ~ 17:30			Body Balance 🟡
				airi.m			
				close			close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			
Hip & Leg 🟢	Basic 🟢	Waist 🟢	Pre Basic 🟢				
airi.m	Luuna.t	airi.m	Luuna.t				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Beauty Conditioning 🟢	Pilates Barre 🟢	Hip & Leg 🟢	Waist 🟢				
Luuna.t	Rio	airi.m	airi.m				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Waist 🟢	Beauty Conditioning 🟢	Pre Basic 🟢	Beauty Conditioning 🟢				
airi.m	Luuna.t	Luuna.t	Luuna.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。