

pilatesK 蔵店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/28 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						
Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱		Pilates Barre	Basic 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱						
aina.K	aina.K		Himeno.s	kotomi.s		Shiori.S	kotomi.s						
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00						
Back&Arm 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱	Back&Arm 🌱		Release&Strength	Pilates Barre						
Himeno.s	kotomi.s		kotomi.s	Himeno.s		aina.K	aina.K						
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30						
Waist 🌱	Release&Strength		Back&Arm 🌱			Shape up waist	Basic 🌱						
aina.K	aina.K		Himeno.s			Shiori.S	Rio.S						
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00					
Pilates Barre	Basic 🌱							Back&Arm 🌱					
Himeno.s	kotomi.s							Himeno.s					
close	close							16:00 ~ 16:30					
								お試し見学会					
								aina.K					
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30					
Basic 🌱								Release&Strength					
Himeno.s								aina.K					
close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close						
			jump to burn	Shape up waist	Pilates Barre	Basic 🌱							
			Aino.H	Shiori.S	Himeno.s	kotomi.s							
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
			Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Back&Arm 🌱	Pilates Barre							
			kotomi.s	aina.K	Himeno.s	Himeno.s							
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
			Pilates Cardio	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back&Arm 🌱							
			Aino.H	Shiori.S	kotomi.s	Himeno.s							

pilatesK 蔵店		【 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
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
Shape up waist		Release&Strength	Hip & Leg 🍃		Jump to burn	Pre Basic 🍃	Hip & Leg 🍃
Shiori.S		aina.K	Shiori.S		Aino.H	Himeno.s	Al.I
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Beauty Conditioning 🍃		Back & Arm 🍃	Basic 🍃		Hip & Leg 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃
aina.K		Himeno.s	kotomi.s		Shiori.S	Shiori.S	kotomi.s
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Hip & Leg 🍃		Waist 🍃			Pre Basic 🍃	Beauty Conditioning 🍃	Back & Arm 🍃
Shiori.S		aina.K			Aino.H	Himeno.s	Al.I
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Pilates Barre		Basic 🍃				Hip & Leg 🍃	Basic 🍃
aina.K		kotomi.s				Shiori.S	kotomi.s
close		close				close	close
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30		
		Pilates Barre			Basic 🍃		
		Himeno.s			kotomi.s		
	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
		Pre Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Back & Arm 🍃			
		Himeno.s	Shiori.S	Himeno.s			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Waist 🍃	Release&Strength	Basic 🍃			
		aina.K	aina.K	kotomi.s			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Beauty Conditioning 🍃	Shape up waist	Pilates Barre					
Himeno.s	Shiori.S	Himeno.s					

 :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 蔵店		【 08/17 ~ 08/24 】				スケジュール		2026/07/28	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			
	Basic 🌱	Release&Strength		Shape up waist	Advance	Basic 🌱				
	kotomi.s	aina.K		Shiori.S	aina.K	kotomi.s				
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
	Waist 🌱	Basic 🌱		Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱				
	Shiori.S	kotomi.s		Himeno.s	Shiori.S	Shiori.S				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:00		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
	Basic 🌱	お試し見学会		Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱				
	kotomi.s	aina.K		Shiori.S	Himeno.s	kotomi.s				
	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		
						Basic 🌱		Hip & Leg 🌱		
						kotomi.s		Shiori.S		
						16:00 ~ 16:30		close		
						お試し見学会				
						aina.K				
						17:30 ~ 18:30				
	Beauty Conditioning 🌱									
	aina.K									
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close		
	Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱	Release&Strength	Basic 🌱						
aina.K	Shiori.S	aina.K	kotomi.s							
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
Shape up waist	Pilates Barre	Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱							
Shiori.S	aina.K	Himeno.s	Himeno.s							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Advance	Shape up waist	Back & Arm 🌱	Basic 🌱							
aina.K	Shiori.S	Himeno.s	kotomi.s							

pilatesK 蔵店		【 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	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
Advance	Beauty Conditioning		Waist	Hip & Leg	Release&Strength		
aina.K	aina.K		aina.K	Shiori.S	aina.K		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Beauty Conditioning	Pilates Barre		Basic	Release&Strength	Hip & Leg		
aina.K	Himeno.s		kotomi.s	aina.K	Shiori.S		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Back & Arm			Pilates Barre	Waist	Basic		
halu.a			aina.K	Shiori.S	kotomi.s		
14:30 ~ 15:00			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
お試し見学会					Advance		Shape up waist
aina.K							Shiori.S
close					close		close
					17:30 ~ 18:30		
	Shape up waist						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close
Basic	Shape up waist		Back & Arm	Basic			
kotomi.s	Shiori.S		Himeno.s	kotomi.s			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
jump to burn	Basic	Hip & Leg	Beauty Conditioning				
Aino.H	kotomi.s	Shiori.S	Himeno.s				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Basic	Waist	Pilates Barre	Back & Arm				
kotomi.s	Shiori.S	Himeno.s	Himeno.s				

🌱 : 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。