

pilatesK 相模大野店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/08/14 更新							
09/01		09/02		09/03		09/04		09/05		09/06		09/07		09/08	
火		水		木		金		土		日		月		火	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Basic 🇯🇵		jump to burn				Hip & Leg 🇯🇵		Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵				Release&Strength	
Sakura.t		SHIORI.O				CHIHARU.n		Atsuko.a		Konomi.T				Elliy	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵				Back & Arm 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵				Basic 🇯🇵	
Atsuko.a		Sakura.t				Sakura.t		Konomi.T		Atsuko.a				Konomi.T	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🇯🇵						Beauty Conditioning 🇯🇵		Body Balance		Back & Arm 🇯🇵				Hip & Leg 🇯🇵	
Sakura.t						CHIHARU.n		Atsuko.a		Sakura.t				Elliy	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Basic 🇯🇵				Release&Strength							
				Konomi.T				Atsuko.a							
				close											
				17:30 ~ 18:30											
				Pre Basic 🇯🇵											
Atsuko.a															
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close		18:00 ~ 19:00					
Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Pilates Barre		Back & Arm 🇯🇵				Basic 🇯🇵					
CHIHARU.n		Konomi.T		Elliy		Konomi.T				emina.U					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30					
Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵				Back & Arm 🇯🇵					
Konomi.T		Elliy		Sakura.t		Elliy				Konomi.T					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00					
Beauty Conditioning 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵		Basic 🇯🇵				Waist 🇯🇵					
CHIHARU.n		Konomi.T		Elliy		Konomi.T				emina.U					

pilatesK 相模大野店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール			
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 🍷		Body Balance	Back & Arm 🍷	Pre Basic 🍷		Back & Arm 🍷	Shape up waist
Konomi.T		Atsuko.a	Sakura.t	Elliy		Konomi.T	Elliy
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Beauty Conditioning 🍷		Waist 🍷	Pilates Barre	Back & Arm 🍷		Pre Basic 🍷	Back & Arm 🍷
CHIHARU.n		Atsuko.a	Atsuko.a	Sakura.t		Elliy	Konomi.T
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Basic 🍷	Basic 🍷	Shape up waist		Basic 🍷	
		Sakura.t	Sakura.t	Elliy		Konomi.T	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
			Hip & Leg 🍷	Basic 🍷			
			Atsuko.a	Sakura.t			
			close	close			
		17:30 ~ 18:30	close				
		Waist 🍷					
		Atsuko.a					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Back & Arm 🍷	Pre Basic 🍷	Hip & Leg 🍷					
Sakura.t	Elliy	Elliy					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Release&Strength	Body Balance	Basic 🍷		Beauty Conditioning 🍷	Pre Basic 🍷		
Elliy	Atsuko.a	Sakura.t		Reika.A	Atsuko.a		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🍷	Hip & Leg 🍷	Shape up waist		Basic 🍷	Back & Arm 🍷		
Sakura.t	Elliy	Elliy		Sakura.t	Sakura.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。

2026/08/14 更新

pilatesK 相模大野店			【 09/25 相模大野店 ~ 09/30 】 スケジュール			
09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	
金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30 Waist 🍌🍌	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍌🍌	10:30 ~ 11:30 Basic 🍌🍌	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍌🍌	10:30 ~ 11:30 Basic 🍌🍌	
Elly	Konomi.T	Konomi.T		Sakura.t	Konomi.T	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back & Arm 🍌🍌	Pre Basic 🍌🍌	Hip & Leg 🍌🍌		Waist 🍌🍌	Hip & Leg 🍌🍌	
Sakura.t	Elly	Elly		Atsuko.a	Atsuko.a	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
Pre Basic 🍌🍌	Hip & Leg 🍌🍌	Back & Arm 🍌🍌		Basic 🍌🍌		
Elly	SHIORI.O	Konomi.T		Sakura.t		
close	15:00 ~ 16:00 Basic 🍌🍌 Konomi.T	16:30 ~ 17:30 Waist 🍌🍌 Elly		close		
	close					
	17:30 ~ 18:30 jump to burn					
	SHIORI.O					
18:00 ~ 19:00	close	close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🍌🍌				Beauty Conditioning 🍌🍌		Body Balance
CHIHARU.n				Reika.A		Atsuko.a
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic 🍌🍌				Basic 🍌🍌	Pilates Barre	
Sakura.t	Konomi.T	Elly		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
21:00 ~ 22:00	close	close		Hip & Leg 🍌🍌	Release&Strength	
Beauty Conditioning 🍌🍌			Reika.A	Elly		
CHIHARU.n						

● **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週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、翌月の体験可能回数1回に制限されます。