

pilatesK 和光市店		【 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	
Hip & Leg 🌱		Back & Spine				Back & Arm 🌱		Basic 🌱		Hip & Leg 🌱				Style up Pilates	
インストラクター未確定		Ai.I				halu.a		Rio.S		インストラクター未確定				Ai.I	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Basic 🌱		Beauty conditioning 🌱				Waist 🌱		Style up Pilates		Back & Arm 🌱				Back & Spine	
Rio.S		Aino.H				Rio.S		Ai.I		halu.a				Ai.I	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Waist 🌱						Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱				Hip & Leg 🌱	
Rio.S						Aino.H		halu.a		インストラクター未確定				インストラクター未確定	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Hip Punch				Waist 🌱							
				Ai.I				halu.a							
				17:30 ~ 18:30											
				Waist 🌱											
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close		close		18:00 ~ 19:00	
Waist 🌱		Hip & Leg 🌱		jump to burn		Hip Punch		Beauty conditioning 🌱							
halu.a		インストラクター未確定		Aino.H		Ai.I		Aino.H							
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30							
Hip & Leg 🌱		Basic 🌱		Back & Spine		Hip & Leg 🌱		Basic 🌱							
インストラクター未確定		Rio.S		Ai.I		インストラクター未確定		Rio.S							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00							
Back & Arm 🌱		Waist 🌱		Hip & Leg 🌱		Style up Pilates		Pilates Cardio							
halu.a		Rio.S		インストラクター未確定		Ai.I				Aino.H					

pilatesK 和光市店		【 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			
Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	Pilates Barre	Style up Pilates		Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱			
インストラクター未確定		Rio.S	Aino.H	Ai.I		Aino.H	halu.a			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Basic 🌱		Back & Spine	Basic 🌱	Waist 🌱		Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio			
Ai.I		Ai.I	Rio.S	halu.a		インストラクター未確定	Aino.H			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30	close	
		Waist 🌱	jump to burn	Basic 🌱		Pilates Barre				
		Rio.S	Aino.H	Ai.I		Aino.H				
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close		
			Style up Pilates	Back & Arm 🌱						
			Ai.I	halu.a						
			17:30 ~ 18:30							
			Waist 🌱							
			Rio.S							
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close		close		18:00 ~ 19:00
Waist 🌱		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱			Back & Spine			
Rio.S	halu.a	インストラクター未確定	Rio.S	Ai.I						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Hip Punch	Basic 🌱						
halu.a	インストラクター未確定	halu.a	Ai.I	Rio.S						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Basic 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱						
Rio.S	halu.a	インストラクター未確定	Rio.S	インストラクター未確定						

🌱：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。

スケジュール

更新

close

スケジュール

・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目3回以上で、翌日の予約可能回数が1回に制限されます

※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。