

pilatesK アビタ新潟亀田

【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール

2026/08/15 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	close	close	10:30 ~ 11:30			
Beauty Conditioning 🏊	Basic 🏊		Hip & Leg 🏊	Waist 🏊			Basic 🏊			
ayumi.o	ayumi.o		Mizuki.K	HIBIKI			Mizuki.K			
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30			
Hip & Leg 🏊	Waist 🏊		Basic 🏊	Beauty Conditioning 🏊			Back & Arm 🏊			
Kasumi.S	HIBIKI		ayumi.o	ayumi.o			ayumi.o			
close	close		close	14:30 ~ 15:30			close			
				Hip & Leg 🏊						
				Mizuki.K						
				16:30 ~ 17:30						
close	close		close	Basic 🏊			close			
				ayumi.o						
				close						
				close						
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	close	close	close	16:30 ~ 17:30			
Waist 🏊	Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Waist 🏊				Pre Basic 🏊			
Kasumi.S	HIBIKI	ayumi.o	Kasumi.S				Kasumi.S			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00			
Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊				Hip & Leg 🏊			
HIBIKI	Mizuki.K	Kasumi.S	ayumi.o				Kasumi.S			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30			
Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Pre Basic 🏊	Back & Arm 🏊				Waist 🏊			
Mizuki.K	Kasumi.S	Mizuki.K	HIBIKI	HIBIKI						

pilatesK アビタ新潟亀田

【 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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Beauty Conditioning 📺		Waist 📺	Pre Basic 📺			Hip & Leg 📺	Pre Basic 📺	
ayumi.o		HIBIKI	Kasumi.S			Kasumi.S	Kasumi.S	
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	
Basic 📺		Pre Basic 📺	Basic 📺			Basic 📺	Waist 📺	
Mizuki.K		Kasumi.S	Mizuki.K			ayumi.o	HIBIKI	
close		close	close			14:30 ~ 15:30	close	close
						Back & Arm 📺		
						HIBIKI		
						16:30 ~ 17:30		
	Hip & Leg 📺							
close	close	close	Kasumi.S	close	close			
			close					
						close		
							close	
								close
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
Waist 📺	Back & Arm 📺	Hip & Leg 📺	close	close	Waist 📺			
Kasumi.S	HIBIKI	Mizuki.K			Kasumi.S	Mizuki.K		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Pre Basic 📺	Basic 📺	Waist 📺			Basic 📺	Hip & Leg 📺		
Kasumi.S	Mizuki.K	Kasumi.S			ayumi.o	ayumi.o		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm 📺	Hip & Leg 📺	Basic 📺				Back & Arm 📺	Beauty Conditioning 📺	
HIBIKI	Kasumi.S	Mizuki.K				HIBIKI	ayumi.o	

🌱：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。

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		
	HIBIKI	Mizuki.K		ayumi.o	Mizuki.K	Kasumi.S		
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿		
	Mizuki.K	HIBIKI		Erika.F	ayumi.o	ayumi.o		
	close	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30
		Waist 🌿		Basic 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
		Kasumi.S		ayumi.o	Kasumi.S	HIBIKI		
		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30
Basic 🌿		Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿				
Mizuki.K		Kasumi.S	ayumi.o	ayumi.o				
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	close	close	close	16:30 ~ 17:30			
Hip & Leg 🌿	Waist 🌿				Back & Arm 🌿			
ayumi.o	HIBIKI				HIBIKI			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00			
Waist 🌿	Pre Basic 🌿				Basic 🌿			
HIBIKI	Kasumi.S				Mizuki.K			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Beauty Conditioning 🌿					
Mizuki.K	Mizuki.K		ayumi.o					

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			Back & Arm 🌿	Basic 🌿
Mizuki.K	ayumi.o			HIBIKI	Mizuki.K
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Back & Arm 🌿	Waist 🌿			Basic 🌿	Pre Basic 🌿
HIBIKI	HIBIKI			Mizuki.K	Kasumi.S
close	14:30 ~ 15:30			close	close
	Basic 🌿				
	Mizuki.K				
	16:30 ~ 17:30				
	Beauty Conditioning 🌿				
ayumi.o	close				
16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿		
ayumi.o		HIBIKI	ayumi.o		
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Beauty Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿		
ayumi.o		ayumi.o	HIBIKI		
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist 🌿		Pre Basic 🌿	Waist 🌿		
Kasumi.S		Kasumi.S	ayumi.o		

🌿 : 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。