

pilatesK フォレオひびきの		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/26 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	
Basic 🌱	jump to burn		Waist 🌱	Pre Basic 🌱			Hip & Leg 🌱	
Yurika.t	Yuu.Y		Yuu.Y	Kokoru.y			Kokoru.y	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	
Waist 🌱	Basic 🌱		Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱			Basic 🌱	
Yuu.Y	Yurika.t		Kokoru.y	Yurika.t			Yurika.t	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🌱			Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱			Waist 🌱	
Yurika.t			Yuu.Y	Kokoru.y			Kokoru.y	
close			close	close			15:00 ~ 16:00	close
							Basic 🌱	
							Yurika.t	
							17:30 ~ 18:30	
Waist 🌱								
Kokoru.y								
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	close
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	jump to burn	Hip & Leg 🌱	jump to burn				
Kokoru.y	Yurika.t	Kokoru.y	Yurika.t	Yuu.Y				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	jump to burn	Basic 🌱				
Yuu.Y	Yuu.Y	Yurika.t	Kokoru.y	Yurika.t				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱				
Kokoru.y	Yurika.t	Kokoru.y	Yurika.t	Yuu.Y				

pilatesK フォレオひびきの		【 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	
Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱			Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	
Yurika.t		Kokoru.y	Yurika.t			Kokoru.y	Kokoru.y	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Hip & Leg 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱			Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱	
Kokoru.y		Yuu.Y	Kokoru.y			Yurika.t	Kokoru.y	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			close	13:30 ~ 14:30	close
		jump to burn	Hip & Leg 🌱				Basic 🌱	
		Kokoru.y	Yurika.t				Yurika.t	
		close	15:00 ~ 16:00				close	
			Pre Basic 🌱					
			Kokoru.y					
			17:30 ~ 18:30					
			jump to burn					
			Kokoru.y					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱				Basic 🌱	
Kokoru.y	Kokoru.y	Yurika.t	Yuu.Y				Yurika.t	
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 🌱	Waist 🌱				jump to burn	
Yuu.Y	Yurika.t	Yuu.Y	Kokoru.y				Yuu.Y	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	
Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱				Hip & Leg 🌱	
Yuu.Y	Kokoru.y	Yurika.t	Yuu.Y				Yurika.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。

pilatesK フォレオひびきの

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/08/26 更新

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	
	Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿	jump to burn		
	Yurika.t	Yuu.Y		Yuu.Y	Yurika.t	Yuu.Y		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
	jump to burn	Hip & Leg 🌿		Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		
	Kokoru.y	Yurika.t		Yurika.t	Yuu.Y	Yurika.t		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
	Back & Arm 🌿	Waist 🌿		jump to burn	Basic 🌿	Waist 🌿		
	Kokoru.y	Yuu.Y		Yuu.Y	Yurika.t	Yuu.Y		
	close	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00
		Basic 🌿		Basic 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿		Hip & Leg 🌿
		Yurika.t			Yurika.t	Yuu.Y		Yurika.t
		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30
	Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿				
	Yuu.Y	Yuu.Y	Yurika.t	Yuu.Y				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00		
Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿					Hip & Leg 🌿		
Yuu.Y	Yuu.Y					Yurika.t		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30		
Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿					Back & Arm 🌿		
Kokoru.y	Yurika.t					Yuu.Y		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00		
Back & Arm 🌿	Basic 🌿					Basic 🌿		
Kokoru.y	Yuu.Y					Yurika.t		

pilatesK フォレオひびきの

【 09/25 ~ 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	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Back & Arm 🌿	Waist 🌿			Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿		
Yuu.Y	インストラクター未確定			Yurika.t	Kokoru.y		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		
Yuu.Y	Kokoru.y			Yurika.t	Kokoru.y		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	close		
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			jump to burn			
Kokoru.y	インストラクター未確定			Yuu.Y			
close	15:00 ~ 16:00			close	close	close	close
	Pre Basic 🌿						
	Kokoru.y						
	17:30 ~ 18:30						
	Basic 🌿						
	Kokoru.y						
18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Pre Basic 🌿		Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿				
Kokoru.y		Kokoru.y	Yurika.t				
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Waist 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿				
Yuu.Y		Yuu.Y	Yuu.Y				
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
jump to burn		Waist 🌿	Basic 🌿				
Kokoru.y		Kokoru.y	Kokoru.y				

🍃 : 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。