

pilatesK 小松

【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール

2026/09/11 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
Hip & Leg 🏊	Basic 🏊		Waist 🏊	Basic 🏊			Waist 🏊
Yumena.h	Miyako.T		Risa.H	Miyako.T			Yumena.h
12 : 30 ~ 13 : 30	12 : 30 ~ 13 : 30		12 : 30 ~ 13 : 30	12 : 30 ~ 13 : 30			12 : 30 ~ 13 : 30
Basic 🏊	Hip & Leg 🏊		Basic 🏊	Hip & Leg 🏊			Back & Arm 🏊
Miyako.T	Yumena.h		Miyako.T	Yumena.h			Risa.H
close	close		close	14 : 30 ~ 15 : 30			close
				Basic 🏊			
				Lisa.K			
				16 : 30 ~ 17 : 30			
				Back & Arm 🏊			
				Yumena.h			
17 : 30 ~ 18 : 30	17 : 30 ~ 18 : 30	17 : 30 ~ 18 : 30	17 : 30 ~ 18 : 30	close	close	close	17 : 30 ~ 18 : 30
Waist 🏊	Basic 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊	close			Basic 🏊
Risa.H	Miyako.T	Risa.H	Lisa.K				Miyako.T
19 : 00 ~ 20 : 00	19 : 00 ~ 20 : 00	19 : 00 ~ 20 : 00	19 : 00 ~ 20 : 00				19 : 00 ~ 20 : 00
Basic 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊				Hip & Leg 🏊
Lisa.K	Risa.H	Miyako.T	Risa.H				Yumena.h
20 : 30 ~ 21 : 30	20 : 30 ~ 21 : 30	20 : 30 ~ 21 : 30	20 : 30 ~ 21 : 30				20 : 30 ~ 21 : 30
Waist 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Basic 🏊				Basic 🏊
Risa.H	Lisa.K	Risa.H	Lisa.K				Miyako.T

pilatesK 小松

【 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	
Back & Arm 🏊		Hip & Leg 🏊	Waist 🏊			Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	
Risa.H		Yumena.h	Risa.H			Yumena.h	Lisa.K	
12 : 30 ~ 13 : 30		12 : 30 ~ 13 : 30	12 : 30 ~ 13 : 30			12 : 30 ~ 13 : 30	12 : 30 ~ 13 : 30	12 : 30 ~ 13 : 30
Basic 🏊		Back & Arm 🏊	Basic 🏊			Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	
Miyako.T		Risa.H	Miyako.T			Lisa.K	Yumena.h	
close		close	14 : 30 ~ 15 : 30			close	close	
			Back & Arm 🏊					
			Risa.H					
			16 : 30 ~ 17 : 30					
			Basic 🏊					
			Miyako.T					
17 : 30 ~ 18 : 30	17 : 30 ~ 18 : 30	17 : 30 ~ 18 : 30	close			close	17 : 30 ~ 18 : 30	17 : 30 ~ 18 : 30
Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	Basic 🏊					Waist 🏊	Basic 🏊
Yumena.h	Miyako.T	Miyako.T					Risa.H	Miyako.T
19 : 00 ~ 20 : 00	19 : 00 ~ 20 : 00	19 : 00 ~ 20 : 00					19 : 00 ~ 20 : 00	19 : 00 ~ 20 : 00
Back & Arm 🏊	Waist 🏊	Hip & Leg 🏊					Basic 🏊	Back & Arm 🏊
Risa.H	Risa.H	Yumena.h					Miyako.T	Yumena.h
20 : 30 ~ 21 : 30	20 : 30 ~ 21 : 30	20 : 30 ~ 21 : 30					20 : 30 ~ 21 : 30	20 : 30 ~ 21 : 30
Waist 🏊	Basic 🏊	Basic 🏊					Back & Arm 🏊	Basic 🏊
Yumena.h	Miyako.T	Miyako.T					Risa.H	Miyako.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。

pilatesK 小松

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/09/11 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
	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱			
	Yumena.h	Lisa.K		Risa.H			
	12 : 30 ~ 13 : 30	12 : 30 ~ 13 : 30		12 : 30 ~ 13 : 30	12 : 30 ~ 13 : 30		
	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱			
	Miyako.T	Yumena.h		Lisa.K			
	close	14 : 30 ~ 15 : 30		14 : 30 ~ 15 : 30	14 : 30 ~ 15 : 30		
		Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Back & Arm 🌱		
		Lisa.K		Risa.H	Risa.H		
		16 : 30 ~ 17 : 30		16 : 30 ~ 17 : 30	16 : 30 ~ 17 : 30		
		Waist 🌱		Basic 🌱	Basic 🌱		
		Yumena.h		Yumena.h	Lisa.K		
		close		17 : 30 ~ 18 : 30	17 : 30 ~ 18 : 30	17 : 30 ~ 18 : 30	
	Hip & Leg 🌱			Basic 🌱	Basic 🌱		
	Yumena.h			Lisa.K	Miyako.T		
19 : 00 ~ 20 : 00	19 : 00 ~ 20 : 00		19 : 00 ~ 20 : 00				
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱				
Miyako.T	Yumena.h		Risa.H				
20 : 30 ~ 21 : 30	20 : 30 ~ 21 : 30		20 : 30 ~ 21 : 30				
Waist 🌱	Basic 🌱	Basic 🌱					
Yumena.h	Lisa.K	Miyako.T					

pilatesK 小松

【 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	
Basic 🌱	Back & Arm 🌱			Waist 🌱	Basic 🌱	
Miyako.T	Risa.H			Risa.H	Lisa.K	
12 : 30 ~ 13 : 30	12 : 30 ~ 13 : 30			12 : 30 ~ 13 : 30	12 : 30 ~ 13 : 30	
Back & Arm 🌱	Basic 🌱			Basic 🌱	Basic 🌱	
Risa.H	Lisa.K			Miyako.T	Miyako.T	
close	14 : 30 ~ 15 : 30			close	close	
	Waist 🌱					
	Risa.H					
	16 : 30 ~ 17 : 30					
	Basic 🌱					
close	Lisa.K			close	close	
	close					
		close				
			close			
						close
17 : 30 ~ 18 : 30				17 : 30 ~ 18 : 30	17 : 30 ~ 18 : 30	
Hip & Leg 🌱	close			Basic 🌱	Waist 🌱	
Yumena.h	close	Lisa.K		Risa.H		
19 : 00 ~ 20 : 00		19 : 00 ~ 20 : 00	19 : 00 ~ 20 : 00			
Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱			
Miyako.T		Risa.H	Lisa.K			
20 : 30 ~ 21 : 30		20 : 30 ~ 21 : 30	20 : 30 ~ 21 : 30	20 : 30 ~ 21 : 30		
Hip & Leg 🌱	close	close	close	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	
Yumena.h				Lisa.K	Risa.H	

🌱 : 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。