

pilatesK 昭島モリタウン

【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール

2026/09/01 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 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿			
moeko.t	HARUKA.		Amane.m	HARUKA.	HARUKA.		Amane.m			
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 🌿	Back & Arm 🌿		Pre Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿			
Nanaha.Y	HARUKA.		moeko.t	moeko.t	Amane.m		Amane.m			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
Basic 🌿			Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿			
Nanaha.Y			Amane.m	Nanaha.Y	HARUKA.		moeko.t			
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close		
					Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿			
					moeko.t		Amane.m			
					close		close			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30					
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿					
HARUKA.	Amane.m	Nanaha.Y	Nanaha.Y	Nanaha.Y	Amane.m					
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	19:00 ~ 20:00					
Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿					
Nanaha.Y	HARUKA.	Amane.m	moeko.t		Nanaha.Y					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30					
Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿		Waist 🌿					
HARUKA.	Amane.m	Nanaha.Y	Nanaha.Y		Nanaha.Y					

pilatesK 昭島モリタウン

【 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 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿
moeko.t		HARUKA.	Nanaha.Y	HARUKA.		HARUKA.	HARUKA.
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 🌿		Waist 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Back & Arm 🌿
Nanaha.Y		Nanaha.Y	Amane.m	Amane.m		moeko.t	Amane.m
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿	
		HARUKA.	moeko.t	Nanaha.Y		HARUKA.	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
			Back & Arm 🌿	Waist 🌿			
	Amane.m		HARUKA.				
	close		close				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Waist 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿		Basic 🌿	Waist 🌿	
HARUKA.	moeko.t	Amane.m	moeko.t		Nanaha.Y	Nanaha.Y	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Waist 🌿			Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	
Amane.m	HARUKA.	Nanaha.Y			moeko.t	Nanaha.Y	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿			Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	
HARUKA.	moeko.t	Amane.m			Nanaha.Y	moeko.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。

スケジュール

更新

close

スケジュール

close

※ 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回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。