

pilatesK 木曽川		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/08/05 更新													
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08														
土	日	月	火	水	木	金	土														
10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close												
Back&Arm			Hip&Leg	Basic		Back&Arm	Basic														
Sae.K			Leika.K	sayaka.t		Sae.K	sayaka.t														
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		Basic	Back&Arm														
Sayaka.t			Sae.K	Leika.K		sayaka.t	Leika.K														
14:30 ~ 15:30			close	close		close	close			close	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30									
Hip&Leg											Basic										
Leika.K											sayaka.t										
16:30 ~ 17:30											16:30 ~ 17:30										
Waist											Back&Arm										
nana.f											Sae.K										
close											close	close	close	close	close	close	close				
																		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
																		Waist	Back&Arm	Waist	Hip&Leg
																		nana.f	Leika.K	nana.f	Leika.K
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30																	
	Basic	Waist	Basic	Waist																	
Sayaka.t	nana.f	Sayaka.t	nana.f																		

pilatesK 木曽川										
【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール										
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16			
日	月	火	水	木	金	土	日			
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close			
		Back&Arm	Waist		Waist	Hip&Leg				
		Sae.K	nana.f		nana.f	Leika.K				
		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
		Basic	Back&Arm		Back&Arm	Waist				
		sayaka.t	Sae.K		Sae.K	nana.f				
		14:30 ~ 15:30	close		close	14:30 ~ 15:30				
		Hip&Leg				Back&Arm				
		Leika.K				Sae.K				
		16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30				
		Basic				Basic				
		sayaka.t				sayaka.t				
		close				close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
								Hip&Leg	Basic	Back&Arm
								Leika.K	sayaka.t	Leika.K
								20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
								Basic	Waist	Basic
								sayaka.t	nana.f	sayaka.t

・休職可能レッスン
・クラスの曜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時間前まで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 木曽川		【 08/17 ~ 08/24 】				スケジュール		2026/08/05 更新	
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close		
	Basic	Back & Arm		Back & Arm	Basic				
	sayaka.t	Sae.K		nana.f	未確定				
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
	Back & Arm	Hip & Leg		Basic	Hip & Leg				
	Sae.K	Leika.K		未確定	sayaka.t				
	close	close		close	close			14:30 ~ 15:30	
								Basic	
								未確定	
								16:30 ~ 17:30	
								Back & Arm	
	close	close		close	close			Leika.K	
								close	close
Hip & Leg			Basic			Back & Arm	Basic		
nana.f			sayaka.t			Leika.K	未確定		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Basic	Waist	Basic	Hip & Leg						
sayaka.t	nana.f	sayaka.t	Leika.K						

pilatesK 木曽川		【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール						
08/25		08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
火		水	木	金	土	日	月	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	
Hip & Leg		Basic		Hip & Leg				
nana.f		Sae.K		sayaka.t				
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30				
Basic		Waist		Back & Arm	Basic			
Sae.K		nana.f		Sae.K	未確定			
close		close		close	14:30 ~ 15:30			
					Back & Arm			
					Sae.K			
					16:30 ~ 17:30			
					Basic			
			未確定	close				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Basic		Hip & Leg	Basic	Hip & Leg				
未確定		sayaka.t	未確定	Leika.K				
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Back & Arm		Basic	Back & Arm	Basic				
nana.f		未確定	nana.f	未確定				

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時刻1時間前迄のキャンセルは時間前迄に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。