

pilatesK 甲府		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/21 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 🏊		Hip & Leg 🏊	Pre Basic 🏊			Pre Basic 🏊		
Ayaka.N	MIZUKI.K		Ayaka.N	Ayaka.N			Ayaka.N		
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30		
Release&Strength	Hip & Leg 🏊		Basic 🏊	Back & Arm 🏊			Back & Arm 🏊		
Reina.I	Ayaka.N		MIZUKI.K	MIZUKI.K			MIZUKI.K		
close	close		close	14:30 ~ 15:30			close		
				Basic 🏊					
				MIZUKI.K					
				16:30 ~ 17:30					
		Hip & Leg 🏊							
		Ayaka.N							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			close	close	18:00 ~ 19:00
Basic 🏊	Waist 🏊	Pre Basic 🏊	Release&Strength						Waist 🏊
MIZUKI.K	Reina.I	Ayaka.N	Reina.I						Reina.I
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30
Waist 🏊	Back & Arm 🏊	Release&Strength	Back & Arm 🏊						Basic 🏊
Reina.I	Ayaka.N	Reina.I	MIZUKI.K						MIZUKI.K
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00
Back & Arm 🏊	Release&Strength	Back & Arm 🏊	Waist 🏊						Release&Strength
MIZUKI.K	Reina.I	Ayaka.N	Reina.I	Reina.I					

pilatesK 甲府		【 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			
Release&Strength		Pre Basic 🏊	Waist 🏊			Hip & Leg 🏊	Back & Arm 🏊			
Reina.I		Ayaka.N	Reina.I			Ayaka.N	MIZUKI.K			
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			
Waist 🏊		Release&Strength	Back & Arm 🏊			Basic 🏊	Pre Basic 🏊			
未定		Reina.I	Ayaka.N			MIZUKI.K	Reina.I			
close		close	close			14:30 ~ 15:30	close	close	close	close
						Release&Strength				
						Reina.I				
						16:30 ~ 17:30				
						Pre Basic 🏊				
						Ayaka.N				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	close			
Basic 🏊	Release&Strength	Back & Arm 🏊						Release&Strength	Hip & Leg 🏊	
MIZUKI.K	Reina.I	MIZUKI.K						Reina.I	Ayaka.N	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Pre Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Waist 🏊						Pre Basic 🏊	Release&Strength	
Reina.I	MIZUKI.K	Reina.I						Ayaka.N	Reina.I	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Back & Arm 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊						Waist 🏊	Basic 🏊	
MIZUKI.K	Reina.I	MIZUKI.K	Reina.I	Ayaka.N						

🏊：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 甲府		【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール					2026/08/21 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 Basic 🌱	10:30 ~ 11:30 Release&Strength	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌱	10:30 ~ 11:30 Waist 🌱	close	
	MIZUKI.K	Reina.I		Ayaka.N	MIZUKI.K	Reina.I		
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱		
	Ayaka.N	MIZUKI.K		Reina.I	Ayaka.N	MIZUKI.K		
	close	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30
		Waist 🌱		Pre Basic 🌱	Basic 🌱	Release&Strength		
		Reina.I		Ayaka.N	MIZUKI.K	Reina.I		
		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
		Back & Arm 🌱		Release&Strength	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		
		MIZUKI.K		Reina.I	Ayaka.N	MIZUKI.K		
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	close	close		close
Pre Basic 🌱	Waist 🌱	Waist 🌱						
Ayaka.N	Reina.I	Reina.I						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Basic 🌱	Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱						
MIZUKI.K	Ayaka.N	MIZUKI.K						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	close	close	21:00 ~ 22:00		
Back & Arm 🌱	Release&Strength					Release&Strength		
Ayaka.N	Reina.I					Reina.I		

pilatesK 甲府		【 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
Release&Strength	Back & Arm 🌱			Basic 🌱	Back & Arm 🌱
Reina.I	MIZUKI.K			MIZUKI.K	Ayaka.N
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Basic 🌱	Pre Basic 🌱			Waist 🌱	Basic 🌱
MIZUKI.K	Ayaka.N			未定	MIZUKI.K
close	14:30 ~ 15:30			close	close
	Basic 🌱				
	MIZUKI.K				
	16:30 ~ 17:30				
	Hip & Leg 🌱				
	Ayaka.N				
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back & Arm 🌱			Pre Basic 🌱	Waist 🌱	
MIZUKI.K			Ayaka.N	Reina.I	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist 🌱			Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	
Reina.I			MIZUKI.K	Ayaka.N	
21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic 🌱			Hip & Leg 🌱	Release&Strength	
MIZUKI.K			Ayaka.N	Reina.I	

🌱 : 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。

