

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

2026/08/13 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	Release&Strength		Hip & Leg	Back & Arm	Waist		
	MIZUKI.K	Reina.I		Ayaka.N	Ayaka.N	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	Hip & Leg		
	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		
		Hip & Leg		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	18:00 ~ 19:00		
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	Hip & Leg 🌱			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	close	close
	Basic 🌱						
	MIZUKI.K						
	16:30 ~ 17:30						
	Back & Arm 🌱						
	Ayaka.N						
18:00 ~ 19:00	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 🌱				Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱		
Reina.I			MIZUKI.K	Ayaka.N			
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🌱				Back & Arm 🌱	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。

