

pilatesK 秋田

【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール

2026/08/14 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			
Pre Basic 🍃	Beauty Conditioning 🍃		Back & Arm 🍃	Basic 🍃			Back & Arm 🍃			
MIZUKI.t	MIZUKI.t		aika.T	Ao.O			aika.T			
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30			
Hip & Leg 🍃	Back & Arm 🍃		Basic 🍃	Hip & Leg 🍃			Waist 🍃			
Yuino.K	aika.T		Ao.O	Yuino.K			Yuino.K			
close	close		close	14:30 ~ 15:30			close			
				Waist 🍃						
				Yuino.K						
				16:30 ~ 17:30						
				Basic 🍃						
				Ao.O						
				close				close	close	close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						
Back & Arm 🍃	Basic 🍃	Back & Arm 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃						
aika.T	Ao.O	aika.T	Yuino.K	Ao.O						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Basic 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Hip & Leg 🍃						
Ao.O	Yuino.K	Ao.O	Yuino.K	Yuino.K						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃	Basic 🍃						
aika.T	Yuino.K	aika.T	Ao.O	Ao.O						

pilatesK 秋田

【 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		
Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Waist 🌿			Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
Yuino.K		Ao.O	Yuino.K			Ao.O	aika.T		
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿			Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿		
Ao.O		MIZUKI.t	Ao.O			Yuino.K	MIZUKI.t		
close		close	close			14:30 ~ 15:30	close	close	
						Hip & Leg 🌿			
						Yuino.K			
						16:30 ~ 17:30			
	Basic 🌿								
	Ao.O								
	close			close	close	close			close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿			Pre Basic 🌿	Waist 🌿			
aika.T	MIZUKI.t	Yuino.K			MIZUKI.t	Yuino.K			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿			Back & Arm 🌿	Basic 🌿			
MIZUKI.t	Yuino.K	Ao.O			aika.T	Ao.O			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Beauty Conditioning 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿			Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿			
MIZUKI.t	MIZUKI.t	Yuino.K			MIZUKI.t	Yuino.K			

🍃：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。

2026/08/14 更新

pilatesK 秋田		【 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	
Waist 🍌		Back & Arm 🍌						Back & Arm 🍌		Basic 🍌	
Yuino.K		aika.T						aika.T		Ao.O	
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30						12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	
Basic 🍌		Beauty Conditioning 🍌						Waist 🍌		Back & Arm 🍌	
Ao.O		MIZUKI.t						Yuino.K		aika.T	
close		14:30 ~ 15:30						close		close	
		Waist 🍌									
		aika.T									
		16:30 ~ 17:30									
		Pre Basic 🍌									
		MIZUKI.t									
18:00 ~ 19:00		close				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Beauty Conditioning 🍌				Pre Basic 🍌		Hip & Leg 🍌					
MIZUKI.t				MIZUKI.t		Yuino.K					
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Back & Arm 🍌				Hip & Leg 🍌		Beauty Conditioning 🍌					
aika.T		MIZUKI.t		MIZUKI.t							
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Hip & Leg 🍌						Basic 🍌		Waist 🍌			
MIZUKI.t						Ao.O		Yuino.K			

● **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回以上より、翌月の体験可能回数1回に制限されます。