

pilatesK ラスパ太田川店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2025/08/19 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		
Basic	jump to burn		Hip&Leg	Pre Basic	Waist		Back&Spine		
YURIE.H	momoka.S		A.Sumire	momoka.S	Miu.H		momoka.S		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Hip&Leg	Basic		Waist	Back&Arm	Hip&Leg		Waist		
A.Sumire	maki.h		Miu.H	Miu.H	A.Sumire		Miu.H		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Beauty Conditioning			Back&Arm	Hip&Leg	Basic		Pre Basic		
YURIE.H			Miu.H	A.Sumire	maki.h		momoka.S		
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	
					Waist		Back&Arm		
					Miu.H		Miu.H		
					close		close		
					17:30 ~ 18:30				
close			Pilates Workout						
close			momoka.S						
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	close	18:00 ~ 19:00
Back&Arm			Waist	Basic	Back&Spine				Beauty Conditioning
Miu.H			YURIE.H	maki.h	momoka.S				YURIE.H
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Pre Basic	Hip&Leg	Pilates Workout	Basic	Pilates Barre					
momoka.S	A.Sumire	momoka.S	maki.h	YURIE.H					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Shape up waist	Release&Strength	Back&Arm	jump to burn	Basic					
momoka.S	YURIE.H	Miu.H	momoka.S	maki.h					

pilatesK ラスパ太田川店		【 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	
Pilates Barre		Pilates Workout	Hip&Leg	Beauty Conditioning		Waist	Hip&Leg	
YURIE.H		momoka.S	A.Sumire	YURIE.H		YURIE.H	A.Sumire	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back&Arm		Release&Strength	jump to burn	Pre Basic		Hip&Leg	Basic	
Miu.H		YURIE.H	momoka.S	momoka.S		A.Sumire	maki.h	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30	close
		Pre Basic	Waist	Pilates Barre			Beauty Conditioning	
		YURIE.H	Miu.H	YURIE.H			YURIE.H	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			close	
	Basic		Shape up waist					
	maki.h		momoka.S					
	close							
	17:30 ~ 18:30							
	Back&Spine							
	momoka.S							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Basic	Back&Arm	Hip&Leg		Basic	Hip&Leg			
maki.h	Miu.H	A.Sumire		maki.h	A.Sumire			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Shape up waist	Hip&Leg	Waist		Release&Strength	Pilates Barre			
momoka.S	A.Sumire	Miu.H		YURIE.H	YURIE.H			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Hip&Leg	Basic	Back&Arm		Basic	Beauty Conditioning			
A.Sumire	maki.h	Miu.H		maki.h	YURIE.H			

・休教可能レッスン
 ・クラスの個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 ラスパ太田川店

【 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 Release&Strength YURIE.H	10:30 ~ 11:30 Basic maki.h	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg A.Sumire	close	10:30 ~ 11:30 Basic maki.h	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning YURIE.H	close
	12:00 ~ 13:00 Pre Basic YURIE.H	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg A.Sumire	12:30 ~ 13:30 Waist momoka.S		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout momoka.S	13:00 ~ 13:00 Hip&Leg A.Sumire	
	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg A.Sumire	13:30 ~ 14:30 Shape up waist momoka.S	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg A.Sumire		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg A.Sumire	13:30 ~ 14:30 Basic maki.h	
	close	15:00 ~ 16:00 Back&Arm momoka.S	16:30 ~ 17:30 jump to burn momoka.S		15:00 ~ 16:00 Basic maki.h	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre YURIE.H	
		close	close		close	close	
		17:30 ~ 18:30 Basic maki.h			17:30 ~ 18:30 Hip&Leg A.Sumire	17:30 ~ 18:30 Basic maki.h	
		close			close	close	
18:00 ~ 19:00 Pre Basic YURIE.H	18:00 ~ 19:00 Waist momoka.S	close	18:00 ~ 19:00 jump to burn momoka.S				
19:30 ~ 20:30 Pilates Workout momoka.S	19:30 ~ 20:30 Basic maki.h		19:30 ~ 20:30 Basic maki.h				
21:00 ~ 22:00 Hip&Leg A.Sumire	21:00 ~ 22:00 jump to burn momoka.S		21:00 ~ 22:00 Back&Spine momoka.S				
close							
close							

pilatesK ラスパ太田川店

【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
★	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Shape up waist	Waist	Basic		Waist	Hip&Leg
momoka,S	YURIE,H	maki,h		momoka,S	A.Sumire
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Hip&Leg	Basic	Pilates Workout		Pre Basic	jump to burn
A.Sumire	maki,h	momoka,S		YURIE,H	momoka,S
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
Pre Basic	Hip&Leg	Basic		Beauty Conditioning	
momoka,S	A.Sumire	maki,h		YURIE,H	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Basic	Back&Spine			
	maki,h	momoka,S			
	17:30 ~ 18:30				
	Release&Strength				
	YURIE,H	close			
18:00 ~ 19:00	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic			Hip&Leg	Basic	
maki,h			A.Sumire	maki,h	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back&Arm		Shape up waist	Release&Strength		
YURIE,H	momoka,S	YURIE,H			
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Release&Strength			Hip&Leg	Basic	
YURIE,H			A.Sumire	maki,h	

・体験可能レッスン
・クラスの個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サイトをご覧ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお願ひしております。
・レッスン開始時間15分前までのキャンセルは前払い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。