

pilatesK 相模大野店

【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール

2026/09/13 更新

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08									
木	金	土	日	月	火	水	木									
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	close	close									
	Release&Strength	Basic 🏋️	Body Balance		Waist 🏋️											
	Elliy	Sakura.t	Atsuko.a		Atsuko.a											
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00											
	Basic 🏋️	Waist 🏋️	Basic 🏋️		Basic 🏋️											
	Sakura.t	Elliy	Sakura.t		Sakura.t											
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30											
	Shape up waist	jump to burn	Pilates Barre		Pilates Barre											
	Elliy	SHIORI.O	Atsuko.a		Elliy											
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			14:00 ~ 15:00								
		Pre Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️		Back & Arm 🏋️			Pilates Barre								
		Elliy	Sakura.t		Sakura.t			Atsuko.a								
		close	close		close			15:30 ~ 16:30								
Basic 🏋️																
Elliy																
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00										
				Hip & Leg 🏋️												
				SHIORI.O												
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			close	close		Body Balance	close	18:00 ~ 19:00							
										Atsuko.a						
										Atsuko.a						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	18:00 ~ 19:00					
												Waist 🏋️	Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️		
												Atsuko.a	Konomi.T	Atsuko.a		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30								close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
														Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	Back & Arm 🏋️
														Konomi.T	Sakura.t	Sakura.t
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
		Hip & Leg 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️			Hip & Leg 🏋️										
		Atsuko.a	Konomi.T			Atsuko.a										

pilatesK 相模大野店

【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Pre Basic 🏋️	Shape up waist	Back & Arm 🏋️		Beauty Conditioning 🏋️	Back & Arm 🏋️		jump to burn
Elly	Elly	Sakura.t		Konomi.T	Konomi.T		SHIORI.O
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Waist 🏋️		Back & Arm 🏋️	Hip & Leg 🏋️		Basic 🏋️
Sakura.t	Konomi.T	Atsuko.a		Konomi.T	Wakana.O		Konomi.T
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️		Basic 🏋️			Release&Strength
Elly	Sakura.t	Sakura.t		Sakura.t			SHIORI.O
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close
	Beauty Conditioning 🏋️	Hip & Leg 🏋️					
	Konomi.T	Atsuko.a					
	close						
17:30 ~ 18:30	close						
Basic 🏋️							
Sakura.t							
18:00 ~ 19:00		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pilates Barre	Body Balance		Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Waist 🏋️		
Atsuko.a	Atsuko.a		Sakura.t	Sakura.t	Elly		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Basic 🏋️	Basic 🏋️		Pilates Barre	Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️		
Konomi.T	Sakura.t		Elly	Elly	Konomi.T		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Waist 🏋️	Pre Basic 🏋️	Basic 🏋️	Release&Strength	Hip & Leg 🏋️			
Atsuko.a	Atsuko.a	Sakura.t	Elly	Elly			

🟢：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。

pilatesK 相模大野店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/13 更新
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pre Basic 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱	Pre Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Release&Strength	
Elliy	Sakura.t		Sakura.t	Atsuko.a		Mana.N	Atsuko.a	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱		Pilates Barre	Back & Arm 🌱		Body Balance	Hip & Leg 🌱	
Konomi.T	Elliy		Atsuko.a	Konomi.T		Atsuko.a	Elliy	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Barre	Back & Arm 🌱		Back & Arm 🌱			Waist 🌱	Waist 🌱	
Elliy	Sakura.t		Sakura.t			Mana.N	Atsuko.a	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Back & Arm 🌱	Release&Strength							Basic 🌱
Konomi.T	Elliy							Elliy
close	close							close
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30					
Shape up waist			Pilates Barre					
Elliy			Atsuko.a					
close		close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
			Waist 🌱	Pilates Barre	Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱		
			Elliy	Elliy	Konomi.T	Sakura.t		
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
			Release&Strength	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱		
			Atsuko.a	Sakura.t	Sakura.t	Atsuko.a		
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Hip & Leg 🌱		Shape up waist	Basic 🌱	Back & Arm 🌱			
Elliy	Elliy	Konomi.T	Sakura.t					

pilatesK 相模大野店		【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール															
10/25		10/26		10/27		10/28		10/29		10/30		10/31					
日		月		火		水		木		金		土					
10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30					
Waist 🌱				Back & Arm 🌱		Basic 🌱				Release&Strength		Back & Arm 🌱					
Elliy				Sakura.t		Sakura.t				Atsuko.a		Konomi.T					
12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00					
Beauty Conditioning 🌱				Hip & Leg 🌱		Shape up waist				Basic 🌱		Body Balance					
Konomi.T				Atsuko.a		Elliy				Konomi.T		Atsuko.a					
14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30					
Pre Basic 🌱				Basic 🌱						Pilates Barre		Pre Basic 🌱					
Elliy				Sakura.t						Atsuko.a		Elliy					
16:30 ~ 17:30				close						close		15:00 ~ 16:00					
Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱															
Konomi.T		Atsuko.a															
close		close						close									
								17:30 ~ 18:30									
								Waist 🌱									
								Elliy									
						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close	
						Basic 🌱		Back & Arm 🌱				Basic 🌱		Hip & Leg 🌱			
						Konomi.T		Konomi.T				Sakura.t		Elliy			
				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30							
				jump to burn		Pre Basic 🌱		Waist 🌱		Beauty Conditioning 🌱							
				SHIORI.O		Elliy		Elliy		Konomi.T							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00											
Beauty Conditioning 🌱		Basic 🌱		Back & Arm 🌱		Waist 🌱											
Konomi.T		Konomi.T		Sakura.t		Elliy											

🌱 : 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。