

pilatesK フォレオひびきの

【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール

2026/09/10

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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Waist 🌿	Basic 🌿			Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	
	Yuu.Y	Yurika.t			Yurika.t	Yurika.t	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Pre Basic 🌿	jump to burn			Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿	
	Yurika.t	Kokoru.y			Kokoru.y	Yuu.Y	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	close	
	Beauty Conditioning 🌿	Pre Basic 🌿			Hip & Leg 🌿		
	Yuu.Y	Yurika.t			Yurika.t		
	close	15:00 ~ 16:00			close		
		Back & Arm 🌿					
		Kokoru.y					
		17:30 ~ 18:30					
	Hip & Leg 🌿						
	Yurika.t	close					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
jump to burn	Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿			
Kokoru.y	Kokoru.y		Yuu.Y	Yurika.t			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿			
Yuu.Y	Yurika.t	Kokoru.y	Kokoru.y	Kokoru.y			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	jump to burn	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿			
Yuu.Y	Kokoru.y	Yuu.Y	Kokoru.y	Yurika.t			

pilatesK フォレオひびきの

【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
jump to burn	Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿
Yuu.Y	Yurika.t		Kokoru.y	Yuu.Y	Yuu.Y		Kokoru.y
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		jump to burn
Yurika.t	Kokoru.y		Yurika.t	Yurika.t	Kokoru.y		Yuu.Y
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Back & Arm 🌿	Basic 🌿		jump to burn	Basic 🌿			Pre Basic 🌿
Yuu.Y	Yurika.t		Kokoru.y	Yuu.Y		Kokoru.y	
close	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	close		close	
	Waist 🌿		Hip & Leg 🌿				
	Kokoru.y		Yurika.t				
	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30				
	Basic 🌿	Pre Basic 🌿					
	Kokoru.y	Yurika.t					
18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🌿				Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿
Yurika.t				Kokoru.y	Yuu.Y	Yurika.t	Yurika.t
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Beauty Conditioning 🌿				Pre Basic 🌿	jump to burn	Back & Arm 🌿	Waist 🌿
Yuu.Y				Yurika.t	Kokoru.y	Kokoru.y	Yuu.Y
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Pre Basic 🌿				Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿
Yurika.t				Kokoru.y	Kokoru.y	Yurika.t	Yurika.t

🌿：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。

スケジュール

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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist 🇯🇵			Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵
Kokoru.y			Kokoru.y	Yurika.t		Kokoru.y	Yuu.Y
12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic 🇯🇵			Pre Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵		Beauty Conditioning 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵
Yuu.Y			Yurika.t	Yuu.Y		Yuu.Y	Yurika.t
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Back & Arm 🇯🇵			Hip & Leg 🇯🇵			Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵
Kokoru.y			Yurika.t			Kokoru.y	Yuu.Y
15:00 ~ 16:00			close			close	close
Basic 🇯🇵				Beauty Conditioning 🇯🇵			
Yuu.Y				Yuu.Y			
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30			
Hip & Leg 🇯🇵			close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Kokoru.y	Waist 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵			Pre Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	
close	Yuu.Y	Yuu.Y			Yurika.t	Yurika.t	
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
	Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵			Waist 🇯🇵	jump to burn	
	Yuu.Y	Kokoru.y			Kokoru.y	Yuu.Y	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
jump to burn	Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵				
Kokoru.y	Kokoru.y	Yurika.t	Yurika.t				

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	
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
		Basic 🍌	Back & Arm 🍌		Basic 🍌	Waist 🍌	
		Kokoru.y	Yurika.t		Yurika.t	Yuu.Y	
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
		Hip & Leg 🍌	Pre Basic 🍌		Waist 🍌	Basic 🍌	
		Yurika.t	Kokoru.y		Yuu.Y	Kokoru.y	
		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
		jump to burn			Hip & Leg 🍌	Beauty Conditioning 🍌	
		Kokoru.y			Yurika.t	Yuu.Y	
		close			close	15:00 ~ 16:00	
						Basic 🍌	
						Kokoru.y	
						17:30 ~ 18:30	
		Back & Arm 🍌					
		Kokoru.y			close		
		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Pre Basic 🍌	Waist 🍌			jump to burn	Back & Arm 🍌
		Yurika.t	Yuu.Y			Yuu.Y	Yuu.Y
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Beauty Conditioning 🍌	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌				
Yuu.Y	Kokoru.y	Yurika.t	Yurika.t				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close			
Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Waist 🍌				
Yuu.Y	Yuu.Y	Yuu.Y	Yuu.Y				

- ※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1回に制限されます。