

スケジュール

2026/09/15

17395

pilatesK 函館店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Hip & Leg 🍌	Pre Basic 🍌	Back & Arm 🍌				Basic 🍌	Shape up waist						Beauty Conditioning 🍌		
Tomona.S	Anna.T	Miaki.H				Miaki.H	Karin.W						Karin.W		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30						12:00 ~ 13:00		
jump to burn	Waist 🍌	Basic 🍌				Hip & Leg 🍌	Body Balance						Hip & Leg 🍌		
Karin.W	Anna.T	Tomona.S				Tomona.S	Karin.W						Tomona.S		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30							13:30 ~ 14:30		
Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Waist 🍌				Back & Arm 🍌							Pilates Workout		
Tomona.S	Tomona.S	Anna.T				Miaki.H							Karin.W		
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				close	close	close	close	close	close	close	close	close	
	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌													
	Tomona.S	Tomona.S													
	close														
	17:30 ~ 18:30														
jump to burn															
Miaki.H															
18:00 ~ 19:00	close	close				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Waist 🍌			Beauty Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌									
Anna.T			Karin.W	Tomona.S	Tomona.S	Miaki.H									
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Beauty Conditioning 🍌			Basic 🍌	jump to burn	Waist 🍌	Pre Basic 🍌									
Karin.W															
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Pre Basic 🍌						Pilates Cardio	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Waist 🍌						
Anna.T						Karin.W	Tomona.S	Tomona.S	Tomona.S	Miaki.H					

：体験可能レッスン

- ・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。

- ・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週間前を切った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 函館店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/15 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			
Back & Arm 🌿	Pilates Cardio		Pre Basic 🌿	Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿			
Miaki.H	Karin.W		Anna.T	Anna.T		Miaki.H	Miaki.H			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Basic 🌿	Waist 🌿		jump to burn	Basic 🌿		Body Balance	Shape up waist			
Tomona.S	Anna.T		Miaki.H	Tomona.S		Karin.W	Karin.W			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Shape up waist	Beauty Conditioning 🌿		Waist 🌿			jump to burn	Beauty Conditioning 🌿			
Karin.W	Karin.W		Anna.T			Miaki.H	Karin.W			
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00		
Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿							Back & Arm 🌿		
Karin.W	Miaki.H							Miaki.H		
close	close							close	close	
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30		
Hip & Leg 🌿								Body Balance		
Tomona.S								Karin.W		
close		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
				Basic 🌿	Shape up waist			Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	
				Tomona.S	Karin.W			Anna.T	Tomona.S	
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
			Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿				
			Miaki.H	Miaki.H	Tomona.S	Karin.W				
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Hip & Leg 🌿	Pilates Workout	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿							
Tomona.S	Karin.W	Anna.T	Tomona.S							

pilatesK 函館店		【 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					
Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿	Back & Arm 🌿					
Tomona.S		Tomona.S	Karin.W		Miaki.H	Miaki.H					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Waist 🌿		Hip & Leg 🌿	jump to burn					
Tomona.S		Miaki.H	Anna.T		Tomona.S	Karin.W					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
Waist 🌿		Hip & Leg 🌿			Back & Arm 🌿	Basic 🌿					
Anna.T		Tomona.S			Miaki.H	Miaki.H					
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00				
Pre Basic 🌿							Beauty Conditioning 🌿				
Anna.T							Karin.W				
close							close	close	close	close	
										17:30 ~ 18:30	
										Waist 🌿	
										Miaki.H	
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿						Waist 🌿	Pre Basic 🌿
			Karin.W	Tomona.S						Anna.T	Anna.T
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
		Waist 🌿	Body Balance	jump to burn	Basic 🌿						
		Miaki.H	Karin.W	Miaki.H	Tomona.S						
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿							
Karin.W		Tomona.S	Anna.T	Anna.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。