

pilatesK 厚木店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/09/12 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 Hip&Leg Wakana.O	10:30 ~ 11:30 Body Balance Atsuko.a	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Yuzuka.A	close	10:30 ~ 11:30 Style up Pilates SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre SHIORI.O	close		
	12:00 ~ 13:00 Waist Mana.N	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Yuzuka.A	close		12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Wakana.O	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Yuzuka.A			
	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Wakana.O	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Wakana.O	12:30 ~ 13:30 Basic Yuzuka.A		13:30 ~ 14:30 jump to burn SHIORI.O				
	close	15:00 ~ 16:00 Basic Yuzuka.A	close		close				
		close	14:30 ~ 15:30 Waist Mana.N						
			close						
	17:30 ~ 18:30 Basic Mana.N	17:30 ~ 18:30 jump to burn SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Waist Atsuko.a		16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Mana.N	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Wakana.O		17:30 ~ 18:30 Pre Basic Mana.N	17:30 ~ 18:30 Beauty Conditioning Wakana.O
	19:00 ~ 20:00 Style up Pilates SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Basic Yuzuka.A	close		close	19:00 ~ 20:00 Hip&Leg Wakana.O		19:00 ~ 20:00 Waist Mana.N	19:00 ~ 20:00 Back&Arm Wakana.O
	20:30 ~ 21:30 Waist Mana.N	20:30 ~ 21:30 Release&Strength SHIORI.O				20:30 ~ 21:30 Basic Yuzuka.A		20:30 ~ 21:30 Hip&Leg Wakana.O	20:30 ~ 21:30 Basic Mana.N

pilatesK 厚木店		【 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
Back&Arm	Basic	jump to burn		Waist	Hip&Leg		Release&Strength
Wakana.O	Yuzuka.A	SHIORI.O		Mana.N	Mana.N		Atsuko.a
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	close		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Hip&Leg	Waist			Basic	Shape up waist		Back&Arm
Wakana.O	Mana.N			Yuzuka.A	Elliy		Wakana.O
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Waist	Pre Basic	Back&Arm		Hip&Leg			Body Balance
Mana.N	Mana.N	Yuzuka.A		Mana.N			Atsuko.a
close	15:00 ~ 16:00	close		close			close
	Back&Arm						
	Yuzuka.A						
	14:30 ~ 15:30						
close	close	Basic					
		Yuzuka.A					
		close					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Basic	Hip&Leg	Pilates Barre	Style up Pilates	Back&Arm	Hip&Leg	Waist	
Yuzuka.A	Mana.N	SHIORI.O	SHIORI.O	Yuzuka.A	Wakana.O	Mana.N	
19:00 ~ 20:00	close	close	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
Release&Strength			jump to burn	Basic	Beauty Conditioning	Pilates Barre	
SHIORI.O			SHIORI.O	Yuzuka.A	Wakana.O	SHIORI.O	
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Style up Pilates			Back&Arm	Waist	Back&Arm	Pre Basic	
SHIORI.O			Yuzuka.A	Mana.N	Yuzuka.A	Mana.N	

・休館可能レッスン
 ・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 時間前までにお願いしております。
 ・レッスン開始時刻 1 時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 厚木店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/12 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		
Waist	Beauty Conditioning		Basic	Waist		Shape up waist	Hip&Leg		
Mana.N	Wakana.O		Yuzuka.A	Mana.N		Elly	Wakana.O		
12:00 ~ 13:00	close		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Pilates Barre			Back&Arm	Style up Pilates		Beauty Conditioning	Basic		
SHIORI.O			Wakana.O	SHIORI.O		Wakana.O	Mana.N		
13:30 ~ 14:30			12:30 ~ 13:30	13:30 ~ 14:30		close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Basic			Style up Pilates	Beauty Conditioning			Hip&Leg	Back&Arm	
Mana.N	SHIORI.O		Wakana.O	Elly			Wakana.O		
15:00 ~ 16:00	close		close	close			close	15:00 ~ 16:00	
Hip&Leg								Waist	
Mana.N								Mana.N	
close	14:30 ~ 15:30							close	
	Hip&Leg								
	Wakana.O								
close									
17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Back&Arm	jump to burn				Waist	Basic	Pilates Barre	Style up Pilates	Beauty Conditioning
SHIORI.O	SHIORI.O				Mana.N	Yuzuka.A	SHIORI.O	SHIORI.O	Wakana.O
close	close		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		
			Pre Basic	Hip&Leg	Basic	Back&Arm			
			Mana.N	Wakana.O	Yuzuka.A	Yuzuka.A			
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
			Hip&Leg	Back&Arm	jump to burn	Release&Strength			
			Wakana.O	Yuzuka.A	SHIORI.O	SHIORI.O			

pilatesK 厚本店		【 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		Style up Pilates	Back&Arm	
Mana.N		Yuzuka.A	Yuzuka.A		SHIORI.O	Yuzuka.A	
close		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
		Waist	Hip&Leg		Basic	Hip&Leg	
Mana.N		Wakana.O	Yuzuka.A		Mana.N		
12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Hip&Leg		Basic			Pilates Barre	jump to burn	
Wakana.O		Yuzuka.A			SHIORI.O	SHIORI.O	
close		close			close	close	15:00 ~ 16:00
							Beauty Conditioning
Wakana.O							close
14:30 ~ 15:30							
Pre Basic							
Mana.N							
close		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
16:30 ~ 17:30		Hip&Leg	jump to burn		Waist	Back&Arm	Basic
Wakana.O	Mana.N	SHIORI.O	Mana.N	Yuzuka.A	Yuzuka.A		
close	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		
	Body Balance	Back&Arm	Hip&Leg	Pre Basic			
	Atsuko.a	Yuzuka.A	Wakana.O	Mana.N			
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
	Pilates Barre	Style up Pilates	Beauty Conditioning	Waist			
	Atsuko.a	SHIORI.O	Wakana.O	Mana.N			

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時間1時間前迄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。