

pilatesK 四街道		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/09/16 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	close	close	10:30 ~ 11:30	
Beauty Conditioning	Waist		Basic	Back&Arm			Back&Arm	
asuka	asuka		sachi.s	mai.h			mai.h	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	
Basic	Basic		Waist	Beauty Conditioning			Basic	
mai.h	Natsuki.K		asuka	asuka			Reiko.R	
close	close	close	close	14:30 ~ 15:30	close	close	close	
				Hip&Leg				
				mai.h				
				16:30 ~ 17:30				
				Basic				
				asuka				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	
Basic	Back&Arm	Hip&Leg	Back&Arm				Hip&Leg	
sachi.s	mai.h	sachi.s	mai.h				sachi.s	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	
Back&Arm	Basic	Back&Arm	Beauty Conditioning				Waist	
mai.h	Natsuki.K	mai.h	asuka				Reiko.R	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	
Hip&Leg	Hip&Leg	Basic	Basic				Basic	
sachi.s	mai.h	sachi.s	mai.h				sachi.s	

pilatesK 四街道		【 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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic		Back&Arm	Basic			Basic	Back&Arm
sachi.s		mai.h	mai.h			sachi.s	mai.h
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Hip&Leg		Basic	Hip&Leg			Back&Arm	Hip&Leg
mai.h		MOMOKA.A	Reiko.R			mai.h	sachi.s
close	close	close	14:30 ~ 15:30	close	close	close	close
			Back&Arm				
			mai.h				
			16:30 ~ 17:30				
			Waist				
			Reiko.R				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic	Back&Arm	Hip&Leg				Back&Arm	Basic
Reiko.R	mai.h	Reiko.R				Rina.i	Natsuki.K
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip&Leg	Basic	Basic				Hip&Leg	Back&Arm
sachi.s	Reiko.R	mai.h				sachi.s	mai.h
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist	Hip&Leg	Waist				Waist	Basic
Reiko.R	mai.h	Reiko.R				Rina.i	Natsuki.K

・体験可能レッスン
 ・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週間前までにお申し込みしております。
 ・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 四街道		【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール						2026/09/16 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close			
	Basic	Hip&Leg		Beauty Conditioning	Hip&Leg	Basic				
	Natsuki.K	mai.h		asuka	sachi.s	sachi.s				
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
	Hip&Leg	Waist		Back&Arm	Beauty Conditioning	Waist				
	sachi.s	Rina.i		mai.h	asuka	asuka				
	close	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30		
		Basic		Hip&Leg	Waist	Back&Arm				
		mai.h		sachi.s	asuka	mai.h				
		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		
		Back&Arm		Basic	Basic	Hip&Leg				
		Rina.i		mai.h	MOMOKA.A	sachi.s				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00			
Hip&Leg	Back&Arm						Basic			
sachi.s	mai.h						sachi.s			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30			
Basic	Basic						Back&Arm			
sachi.s	Natsuki.K						mai.h			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00			
Basic	Hip&Leg	Hip&Leg								
MOMOKA.A	mai.h	sachi.s								

pilatesK 四街道		【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール					
09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30		
金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Basic	Waist			Basic	Waist		
sachi.s	MIRAI.T			sachi.s	asuka		
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
Waist	Basic			Back&Arm	Basic		
Reiko.R	MOMOKA.A			mai.h	sachi.s		
close	14:30 ~ 15:30			close	close	close	close
	Back&Arm						
	MIRAI.T						
	16:30 ~ 17:30						
	Basic						
	Natsuki.K						
18:00 ~ 19:00	close			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Hip&Leg				Hip&Leg	Back&Arm		
mai.h				sachi.s	mai.h		
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Basic				Basic	Beauty Conditioning		
MOMOKA.A					asuka		
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Back&Arm				Waist	Basic		
mai.h				Reiko.R	mai.h		

・体験可能レッスン
・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週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは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。