

pilatesK 太田

【 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	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Basic 🌟	Basic 🌟			Pre Basic 🌟	Hip & Leg 🌟	
	RIKO.M	Miku.Y			RIKO.M	RIKO.M	
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	
	Back & Arm 🌟	Waist 🌟			Back & Arm 🌟	Basic 🌟	
	Lio.H	RIKO.M			Chinatsu.S	Miku.Y	
	close	14:30 ~ 15:30			close	close	
		Basic 🌟					
		Miku.Y					
		16:30 ~ 17:30					
		Back & Arm 🌟					
RIKO.M							
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	
Back & Arm 🌟	Pre Basic 🌟	Basic 🌟	Waist 🌟	Basic 🌟			
RIKO.M	RIKO.M	Chinatsu.S	Chinatsu.S	Miku.Y			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Basic 🌟	Hip & Leg 🌟	Waist 🌟	Basic 🌟	Back & Arm 🌟			
Miku.Y	Kyoka.M	RIKO.M	Miku.Y	Chinatsu.S			

pilatesK 太田

【 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	
Waist 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵	
Chinatsu.S	Chinatsu.S		Miku.Y	Chinatsu.S	Miku.Y		RIKO.M	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	
Pre Basic 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵	
RIKO.M	Miku.Y		Chinatsu.S	Miku.Y	Chinatsu.S		Miku.Y	
close	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	close	close		close	close
	Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵					
	Chinatsu.S		Miku.Y					
	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30					
	Basic 🇯🇵	Back & Ar1 🇯🇵						
	Miku.Y	Chinatsu.S						
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Back & Arm 🇯🇵			Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵		
Chinatsu.S			RIKO.M	Chinatsu.S	Chinatsu.S	RIKO.M		
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Basic 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵				
Miku.Y			Miku.Y	RIKO.M	Miku.Y	Chinatsu.S		

🌟：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。

