

pilatesK 東金		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/10/21 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			
	Back & Arm 🇲🇵	Basic 🇲🇵			Body Balance	Basic 🇲🇵				
	Noah.M	Kira.t			Noah.M	Noah.M				
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
	Basic 🇲🇵	Beauty Conditioning 🇲🇵			Hip & Leg 🇲🇵	Beauty Conditioning 🇲🇵				
	Kira.t	mayuki.T			Kira.t	mayuki.T				
	close	14:30 ~ 15:30			close	close				
		Hip & Leg 🇲🇵								
		Kira.t								
		16:30 ~ 17:30								
		Pre Basic 🇲🇵								
		mayuki.T								
	close	close			close	close		close	close	close
Body Balance			Hip & Leg 🇲🇵	Waist 🇲🇵						
Noah.M			mayuki.T	mayuki.T						
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						
Waist 🇲🇵			Beauty Conditioning 🇲🇵	Basic 🇲🇵						
mayuki.T			mayuki.T	Kira.t						
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
Pre Basic 🇲🇵			Basic 🇲🇵	Beauty Conditioning 🇲🇵						
Noah.M			Noah.M	mayuki.T						

pilatesK 東金		【 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	
Beauty Conditioning 🌿	Body Balance		Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿		Waist 🌿	
mayuki.T	Noah.M		Noah.M	mayuki.T	Noah.M		mayuki.T	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	
Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Pre Basic 🌿	
Noah.M	Kira.t		mayuki.T	mayuki.T	Kira.t		Noah.M	
close	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	close	close		close	close
	Back & Arm 🌿		Body Balance					
	Noah.M		Noah.M					
	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30					
	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿						
Kira.t	mayuki.T							
17:30 ~ 18:30	close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Basic 🌿			Body Balance	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿		
Kira.t			Noah.M	Kira.t	Kira.t	Misa.K		
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Body Balance			Pre Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		
Noah.M	mayuki.T	mayuki.T	mayuki.T	mayuki.T	Kira.t			
20:30 ~ 21:30	close	close	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Hip & Leg 🌿			Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿	Body Balance		
Kira.t			Noah.M	mayuki.T	Kira.t	Misa.K		

👉：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 東金		【 10/17 ~ 10/24 】		スケジュール		2026/10/21 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								
Back & Arm 🏊			Basic 🏊	Body Balance		Hip & Leg 🏊	Waist 🏊								
Noah.M			Kira.t	Noah.M		Kira.t	mayuki.T								
12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30								
Hip & Leg 🏊			Back & Arm 🏊	Waist 🏊		Basic 🏊	Basic 🏊								
Kira.t			Noah.M	mayuki.T		Noah.M	Kira.t								
14:30 ~ 15:30			close	close		close	close	close	14:30 ~ 15:30						
Body Balance									Beauty Conditioning 🏊						
Noah.M									mayuki.T						
16:30 ~ 17:30									16:30 ~ 17:30						
Basic 🏊									Hip & Leg 🏊						
Kira.t									Kira.t						
close									close	close	close	close	close	close	
															17:30 ~ 18:30
	Waist 🏊	Beauty Conditioning 🏊			Basic 🏊										Body Balance
	mayuki.T	mayuki.T			Kira.t										Misa.K
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00											
	Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Pre Basic 🏊											
	Kira.t	Kira.t	mayuki.T	mayuki.T											
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30												
Beauty Conditioning 🏊	Hip & Leg 🏊	Waist 🏊	Back & Arm 🏊												
mayuki.T	Kira.t	mayuki.T	Misa.K												

pilatesK 東金		【 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		
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
		Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈		Pre Basic 🌈	Body Balance		
		Noah.M	Kira.t		Noah.M	Noah.M		
		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
		Basic 🌈	Body Balance		Waist 🌈	Hip & Leg 🌈		
		Kira.t	Noah.M		mayuki.T	mayuki.T		
		close	close		close	close	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30
							Pre Basic 🌈	Pre Basic 🌈
							Noah.M	Noah.M
							16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
							Beauty Conditioning 🌈	Beauty Conditioning 🌈
		mayuki.T	mayuki.T		close			
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
		Hip & Leg 🌈	Pre Basic 🌈			Beauty Conditioning 🌈	Basic 🌈	
		Kira.t	Noah.M			mayuki.T	mayuki.T	
		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
		Basic 🌈	Back & Arm 🌈			Basic 🌈	Hip & Leg 🌈	
		Kira.t	Noah.M		mayuki.T	Kira.t		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Body Balance	Basic 🌈	Hip & Leg 🌈	Beauty Conditioning 🌈					
Noah.M	Misa.K	Kira.t	mayuki.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。

本局備有「[112 網路申訴系統](#)」，民眾可逕向本局提出申訴，本局將於 15 個工作日内，以電子郵件或簡訊方式通知民眾處理進度，民眾亦可隨時查詢申訴進度。