pilatesK　昭島モリタウン　【　11/01　～　11/08　】　スケジュール

2026/10/23　更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ～ 11:30 Basic Nanaha.Y	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Hinata.T	10:30 ～ 11:30 Basic Nanaha.Y	close	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning HARUKA.	10:30 ～ 11:30 Basic HARUKA.	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg moeko.t
12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Hinata.T		12:00 ～ 13:00 Pre Basic moeko.t	12:30 ～ 13:30 Waist Hinata.T		12:00 ～ 13:00 Waist Nanaha.Y	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm Hinata.T	12:30 ～ 13:30 Basic Nanaha.Y
14:30 ～ 15:30 Reset Flow moeko.t		13:30 ～ 14:30 Beauty Conditioning HARUKA.	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Nanaha.Y		13:30 ～ 14:30 Basic HARUKA.	13:30 ～ 14:30 Beauty Conditioning HARUKA.	14:30 ～ 15:30 Waist Nanaha.Y
16:30 ～ 17:30 Waist Nanaha.Y		15:00 ～ 16:00 Waist Hinata.T	close		close	15:00 ～ 16:00 Waist Hinata.T	16:30 ～ 17:30 Pre Basic moeko.t
close		close				close 16:30 ～ 17:00 お試し見学会 HARUKA.	close
		17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg moeko.t	17:30 ～ 18:30 Reset Flow moeko.t	17:30 ～ 18:30 Waist Nanaha.Y	17:30 ～ 18:30 Back＆Arm Hinata.T	17:30 ～ 18:30 Basic HARUKA.	
		close	19:00 ～ 20:00 Back＆Arm Hinata.T	19:00 ～ 20:00 Pre Basic moeko.t	19:00 ～ 20:00 Waist Hinata.T	close	
			20:30 ～ 21:30 Beauty Conditioning moeko.t	20:30 ～ 21:30 Back＆Arm Nanaha.Y	20:30 ～ 21:30 Basic Nanaha.Y		

pilatesK　昭島モリタウン　【　11/09　～　11/16　】　スケジュール

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Hinata.T	10:30 ～ 11:30 Basic Nanaha.Y	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Hinata.T	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Nanaha.Y	10:30 ～ 11:30 Waist HARUKA.	close
	12:00 ～ 13:00 Reset Flow moeko.t	12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg moeko.t		12:00 ～ 13:00 Reset Flow moeko.t	12:00 ～ 13:00 Waist Hinata.T	12:30 ～ 13:30 Pre Basic mizuki.H	
	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg moeko.t	close		13:30 ～ 14:30 Waist Hinata.T	13:30 ～ 14:30 Basic Nanaha.Y	14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg mizuki.H	
	close			close	15:00 ～ 15:30 Back＆Arm Hinata.T	16:30 ～ 17:30 Beauty Conditioning HARUKA.	
					close 16:30 ～ 17:00 お試し見学会 Nanaha.Y	close	
	17:30 ～ 18:30 Basic HARUKA.	17:30 ～ 18:30 Waist HARUKA.	17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg Nanaha.Y	17:30 ～ 18:30 Basic Nanaha.Y	17:30 ～ 18:30 Waist Hinata.T		
	19:00 ～ 20:00 Waist Hinata.T	19:00 ～ 20:00 Basic HARUKA.	19:00 ～ 20:00 Back＆Arm Hinata.T	19:00 ～ 20:00 Beauty Conditioning HARUKA.	close		
	20:30 ～ 21:30 Beauty Conditioning HARUKA.	20:30 ～ 21:30 Back＆Arm Hinata.T	20:30 ～ 21:30 Basic Nanaha.Y	20:30 ～ 21:30 Hip＆Leg Nanaha.Y			

🔰：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。

pilatesK　昭島モリタウン　【　11/17　～　11/24　】　スケジュール

2026/10/23　更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ～ 11:30 Waist HARUKA.	10:30 ～ 11:30 Basic 未確定		10:30 ～ 11:30 Waist Hinata.T	10:30 ～ 11:30 Reset Flow moeko.t	10:30 ～ 11:30 Waist Nanaha.Y	10:30 ～ 11:30 Basic HARUKA.	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning HARUKA.
12:00 ～ 13:00 Beauty Conditioning moeko.t	12:30 ～ 13:30 Waist Hinata.T		12:00 ～ 13:00 Basic HARUKA.	12:00 ～ 13:00 Beauty Conditioning HARUKA.	12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Hinata.T	12:00 ～ 13:00 Waist Nanaha.Y	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Nanaha.Y
13:30 ～ 14:30 Basic HARUKA.	close	close	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Hinata.T	13:30 ～ 14:30 Waist Hinata.T	14:30 ～ 15:30 Basic Nanaha.Y	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm HARUKA.	13:30 ～ 14:30 Waist Nanaha.Y
close			close	15:00 ～ 16:00 Basic HARUKA. close 16:30 ～ 17:00 お試し見学会 HARUKA.	16:30 ～ 17:30 Waist Hinata.T close	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg Nanaha.Y close	close
17:30 ～ 18:30 Basic 未確定	17:30 ～ 18:30 Beauty Conditioning HARUKA.	17:30 ～ 18:30 Basic Nanaha.Y	17:30 ～ 18:30 Waist HARUKA.	17:30 ～ 18:30 Back＆Arm Hinata.T		17:30 ～ 18:30 Basic HARUKA.	17:30 ～ 18:30 Back＆Arm HARUKA.
19:00 ～ 20:00 Hip＆Leg moeko.t	19:00 ～ 20:00 Back＆Arm Hinata.T	19:00 ～ 20:00 Waist HARUKA.	19:00 ～ 20:00 Reset Flow moeko.t	close		close	19:00 ～ 20:00 Reset Flow moeko.t
20:30 ～ 21:30 Reset Flow moeko.t	20:30 ～ 21:30 Basic HARUKA.	20:30 ～ 21:30 Hip＆Leg Nanaha.Y	20:30 ～ 21:30 Beauty Conditioning HARUKA.				20:30 ～ 21:30 Waist HARUKA.

pilatesK　昭島モリタウン　【　11/25　～　11/30　】　スケジュール

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Hinata.T		10:30 ～ 11:30 Basic SAAKO	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Hinata.T	10:30 ～ 11:30 Pre Basic moeko.t	
12:30 ～ 13:30 Reset Flow moeko.t		12:00 ～ 13:00 Waist HARUKA.	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Nanaha.Y	12:30 ～ 13:30 Waist HARUKA.	
close	close	13:30 ～ 14:30 Beauty Conditioning HARUKA.	13:30 ～ 14:30 Basic Nanaha.Y	14:30 ～ 15:30 Reset Flow moeko.t	
		close	15:00 ～ 16:00 Waist Hinata.T close 16:30 ～ 17:00 お試し見学会 Nanaha.Y	16:30 ～ 17:30 Beauty Conditioning HARUKA. close	close
17:30 ～ 18:30 Basic 未確定	17:30 ～ 18:30 Waist HARUKA.	17:30 ～ 18:30 Basic SAAKO	17:30 ～ 18:30 Waist Nanaha.Y		
19:00 ～ 20:00 Waist HARUKA.	19:00 ～ 20:00 Basic 未確定	19:00 ～ 20:00 Back＆Arm Hinata.T	close		
20:30 ～ 21:30 Beauty Conditioning HARUKA.	20:30 ～ 21:30 Back＆Arm HARUKA.	20:30 ～ 21:30 Waist Hinata.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時間前を切っ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。