



| pilatesK 町田店     |               | 【 11/17 ~ 11/24 】   |                  | スケジュール              |               | 2026/10/14 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    | 10:30 ~ 11:30 | close               | 10:30 ~ 11:30    | 10:30 ~ 11:30       | 10:30 ~ 11:30 | close         | 10:30 ~ 11:30    |       |
| Waist            | Basic         |                     | Style up Pilates | Beauty Conditioning | Waist         |               | Hip&Leg          |       |
| Kanoe.K          | Kanoe.K       |                     | Sae              | Maari               | Kanoe.K       |               | Sae              |       |
| 12:00 ~ 13:00    | 12:00 ~ 13:00 |                     | 12:00 ~ 13:00    | 12:00 ~ 13:00       | 12:30 ~ 13:30 |               | 12:00 ~ 13:00    |       |
| Pilates Cardio   | Back&Arm      |                     | Hip&Leg          | Shape up waist      | Hip&Leg       |               | Waist            |       |
| Sae              | Haru          |                     | Maari            | Sae                 | Sae           |               | Kanoe.K          |       |
| 13:30 ~ 14:30    | 13:30 ~ 14:30 |                     | 13:30 ~ 14:30    | 13:30 ~ 14:30       | 14:30 ~ 15:30 |               | 13:30 ~ 14:30    |       |
| Basic            | Waist         |                     | Power up Control | Waist               | Basic         |               | Body Balance     |       |
| Kanoe.K          | Kanoe.K       |                     | Sae              | Kanoe.K             | Kanoe.K       |               | Sae              |       |
| close            | close         |                     | close            | close               | 15:00 ~ 16:00 |               | 16:30 ~ 17:30    | close |
|                  |               |                     |                  |                     | Hip Punch     |               | Style up Pilates |       |
|                  |               |                     |                  |                     | Maari         |               | Sae              |       |
|                  |               |                     |                  |                     | 16:30 ~ 17:30 |               | close            |       |
|                  |               |                     |                  |                     | Back&Arm      |               |                  |       |
|                  |               |                     |                  |                     | Sae           |               |                  |       |
| 18:00 ~ 19:00    |               |                     |                  |                     |               |               |                  |       |
|                  |               |                     | Basic            | close               |               |               |                  |       |
|                  | Kanoe.K       |                     |                  |                     |               |               |                  |       |
| 18:00 ~ 19:00    | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00       | 18:00 ~ 19:00    |                     | 18:00 ~ 19:00 |               |                  |       |
| Back&Arm         | Hip&Leg       | Beauty Conditioning | Shape up waist   |                     | Basic         |               |                  |       |
| Haru             | Maari         | Maari               | Haru             |                     | Kanoe.K       |               |                  |       |
| 19:30 ~ 20:30    | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30       | 19:30 ~ 20:30    |                     | 19:30 ~ 20:30 |               |                  |       |
| Pre Basic        | Body Balance  | Waist               | Back&Arm         | Shape up waist      |               |               |                  |       |
| Haru             | Maari         | Kanoe.K             | Maari            | Haru                |               |               |                  |       |
| 21:00 ~ 22:00    | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00       | 21:00 ~ 22:00    |                     |               |               | 21:00 ~ 22:00    |       |
| Style up Pilates | Hip Punch     | Pilates Cardio      | Pre Basic        |                     |               |               | Back&Arm         |       |
| Sae              | Haru          | Maari               | Haru             |                     |               | Haru          |                  |       |

| pilatesK 町田店   |               | 【 11/25 ~ 11/25 】 |                | 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  | close         | 10:30 ~ 11:30     | 10:30 ~ 11:30  | 10:30 ~ 11:30       | close |
| Back&Arm       |               | Waist             | Hip&Leg        | Style up Pilates    |       |
| Sae            |               | Kanoe.K           | Maari          | Sae                 |       |
| 12:00 ~ 13:00  |               | 12:00 ~ 13:00     | 12:00 ~ 13:00  | 12:30 ~ 13:30       |       |
| Basic          |               | Back&Arm          | Basic          | Back&Arm            |       |
| Kanoe.K        |               | Haru              | Kanoe.K        | Haru                |       |
| 13:30 ~ 14:30  |               | 13:30 ~ 14:30     | 13:30 ~ 14:30  | 14:30 ~ 15:30       |       |
| Shape up waist |               | Basic             | Shape up waist | Beauty Conditioning |       |
| Sae            |               | Kanoe.K           | Haru           | Maari               |       |
| close          |               | close             | close          | 15:00 ~ 16:00       |       |
|                | Waist         |                   |                | Power up Control    |       |
|                | Kanoe.K       |                   |                | Sae                 |       |
|                | 16:30 ~ 17:30 |                   |                | close               |       |
|                | Pre Basic     |                   |                |                     |       |
|                | Haru          |                   |                |                     |       |
| 18:00 ~ 19:00  |               |                   |                |                     |       |
|                | Body Balance  | close             |                |                     |       |
|                | Maari         |                   |                |                     |       |
| 18:00 ~ 19:00  | close         |                   |                |                     |       |
| Hip&Leg        |               |                   | Body Balance   | Power up Control    |       |
| Maari          |               |                   | Sae            | Sae                 |       |
| 19:30 ~ 20:30  |               |                   | 19:30 ~ 20:30  | 19:30 ~ 20:30       |       |
| Pilates Cardio |               |                   | Hip Punch      | Pre Basic           |       |
| Maari          |               |                   | Maari          | Haru                |       |
| 21:00 ~ 22:00  |               |                   | 21:00 ~ 22:00  | 21:00 ~ 22:00       |       |
| Waist          |               |                   | Hip&Leg        | Style up Pilates    |       |
| Haru           |               | Sae               | Sae            |                     |       |

・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週間前迄にお願いたします。  
・レッスン開始時間15分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。