

pilatesK アビタ足利		【 11/01 ~ 11/08 】 スケジュール						2026/10/14 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																														
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close																												
		Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿	Waist 🌿																															
		Yuumi.t	Asuca.f		Yuumi.t	Asuca.f																															
		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30																															
		jump to burn	Basic 🌿		Back&Arm 🌿	Basic 🌿																															
		Lio.H	Yuumi.t		Asuca.f	nene.h																															
		14:30 ~ 15:30	close		close	14:30 ~ 15:30																															
		Basic 🌿				Beauty Conditioning 🌿																															
		nene.h				Asuca.f																															
		close				close				close	close																										
												close	close	close	close																						
																close	close	close	close																		
																				close	close	close	close														
																								close	close	close	close										
																												close	close	close	close						
																																close	close	close	close		
			close		close																															close	close
close	close			close			close																														
		close				close		close	close																												
										close	close	close	close																								
														close	close	close	close																				
																		close	close	close	close																
																						close	close	close	close												
																										close	close	close	close								
																														close	close	close	close				
			close		close																													close	close		
																																				close	close
close	close			close			close																														
		close				close		close	close																												
										close	close	close	close																								
														close	close	close	close																				
																		close	close	close	close																
																						close	close	close	close												
																										close	close	close	close								
																														close	close	close	close				
			close		close																													close	close		
																																				close	close
close	close			close			close																														
		close				close		close	close																												
										close	close	close	close																								
														close	close	close	close																				
																		close	close	close	close																
																						close	close	close	close												
																										close	close	close	close								
																														close	close	close	close				
			close		close																													close	close		
																																				close	close
close	close			close			close																														
		close				close		close	close																												
										close	close	close	close																								
														close	close	close	close																				
																		close	close	close	close																
																						close	close	close	close												
																										close	close	close	close								
																														close	close	close	close				
			close		close																													close	close		
																																				close	close
close	close			close			close																														
		close				close		close	close																												
										close	close	close	close																								
														close	close	close	close																				
																		close	close	close	close																
																						close	close	close	close												
																										close	close	close	close								
																														close	close	close	close				
			close		close																													close	close		
																																				close	close
close	close			close			close																														
		close				close		close	close																												
										close	close	close	close																								
														close	close	close	close																				
																		close	close	close	close																
																						close	close	close	close												
																										close	close	close	close								
																														close	close	close	close				
			close		close																													close	close		
																																				close	close
close	close			close			close																														
		close				close		close	close																												
										close	close	close	close																								
														close	close	close	close																				
																		close	close	close	close																
																						close	close	close	close												
																										close	close	close	close								
																														close	close	close	close				
			close		close																													close	close		
																																				close	close
close	close			close			close																														
		close				close		close	close																												
										close	close	close	close																								
														close	close	close	close																				
																		close	close	close	close																
																						close	close	close	close												
																										close	close	close	close								
																														close	close	close	close				
			close		close																													close	close		
																																				close	close
close	close			close			close																														
		close				close		close	close																												
										close	close	close	close																								
														close	close	close	close																				
																		close	close	close	close																
																						close	close	close													

pilatesK アビタ足利		【 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close					
	jump to burn	Basic 🌿		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿							
	Lio.H	nene.h		Asuca.f	Lio.H							
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30							
	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Waist 🌿							
	nene.h	Yuumi.t		Yuumi.t	Yuumi.t							
	close	close		close	14:30 ~ 15:30							
					Pre Basic 🌿							
					Lio.H							
	close	close		close	close			close	close	close		
			17:00 ~ 18:00			17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00				17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00
			Hip & Leg 🌿			Basic 🌿	Back & Arm 🌿				Pre Basic 🌿	Basic 🌿
			Yuumi.t			Asuca.f	nene.h				Lio.H	Yuumi.t
			18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30				18:30 ~ 19:30	close
			Basic 🌿			Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿				Back & Arm 🌿	
			nene.h			Yuumi.t	Asuca.f				nene.h	
	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00								
Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	jump to burn									
Yuumi.t	Asuca.f	nene.h	Lio.H									

🌿：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 アビタ足利

【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Pre Basic 🌿	Basic 🌿		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	
nene.h	nene.h		Lio.H	Yuumi.t		Asuca.f	Yuumi.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	
jump to burn	Basic 🌿		Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿	
Lio.H	Asuca.f		Yuumi.t	Asuca.f		Yuumi.t	Lio.H	
close	close		close	close		14:30 ~ 15:30	close	14:30 ~ 15:30
						Hip & Leg 🌿		Basic 🌿
						Yuumi.t		nene.h
						close		close
		close			close			
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	close	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	
Waist 🌿	jump to burn	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
Asuca.f	Lio.H	nene.h	Yuumi.t	Asuca.f		nene.h	nene.h	
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	close		close	18:30 ~ 19:30	
Pre Basic 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿				jump to burn	
Lio.H	Asuca.f	Yuumi.t	Asuca.f				Lio.H	
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00				20:00 ~ 21:00	
Beauty Conditioning 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	close		close	Basic 🌿	
Asuca.f	Lio.H	nene.h	Yuumi.t				nene.h	

pilatesK アビタ足利

【 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	close	close
Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿	jump to burn		
Yuumi.t		Asuca.f	Lio.H		
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Basic 🌿		
Asuca.f		nene.h	Asuca.f		
close		close	14:30 ~ 15:30		
			Hip & Leg 🌿		
			Lio.H		
			close		
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00		
Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
Lio.H	Yuumi.t	Yuumi.t	nene.h		
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	close		
Basic 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿			
nene.h	Lio.H	nene.h			
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00			
Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿			
Lio.H	Yuumi.t	Yuumi.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。