

pilatesK		【 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		
		Pre Basic	Beauty Conditioning		Basic	Back & Arm			
		Mizuki.S	Moeka.K		honoka.m	honoka.m			
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
		Hip & Leg	Waist		Hip & Leg	Waist			
		yui.N	Moeka.K		Mizuki.S	Moeka.K			
		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
		Beauty Conditioning			Back & Arm	Hip & Leg			
		Moeka.K			honoka.m	yui.N			
		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00			
		Back & Arm		Basic					
		yui.N		honoka.m					
		close		close					
		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30					
		Waist		Back & Arm					
		yui.N		yui.N					
		close	close	close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	close
					Basic	Beauty Conditioning		Waist	
					honoka.m	Moeka.K		yui.N	
					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg	Pre Basic				Basic				
yui.N	Mizuki.S				Moeka.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30				
Back & Arm	Waist				Hip & Leg				
honoka.m	Moeka.K	yui.N							

pilatesK		【 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	
	Waist	Back & Arm		Hip & Leg	Beauty Conditioning			
	yui.N	yui.N		Mizuki.S	Moeka.K			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Basic	Hip & Leg		Pre Basic	Basic			
	honoka.m	yui.N		Mizuki.S	honoka.m			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Hip & Leg			Basic	Waist			
	yui.N			Moeka.K	Moeka.K			
	close			close	close			15:00 ~ 16:00
								Back & Arm
								honoka.m
								close
								17:30 ~ 18:30
	Basic							
	Moeka.K							
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			close
	Basic	Beauty Conditioning		Pre Basic	Basic			
Moeka.K	Moeka.K	Mizuki.S	honoka.m					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Back & Arm	Basic	Back & Arm	Beauty Conditioning					
honoka.m	honoka.m	honoka.m	Moeka.K					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Beauty Conditioning	Back & Arm	Basic	Back & Arm					
Moeka.K	honoka.m	honoka.m	honoka.m					

・休職可能レッスン
 ・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 時間前まで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。

pilatesK		【 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			
Back&Arm		Beauty Conditioning				Basic		Pre Basic				Hip&Leg		Basic			
honoka.m		Moeka.K				Moeka.K		Mizuki.S				yui.N		honoka.m			
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00			
Waist		Basic				Beauty Conditioning		Waist				Basic		Back&Arm			
Moeka.K		Moeka.K				Moeka.K		yui.N				Moeka.K		honoka.m			
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Pre Basic						Back&Arm		Basic				Back&Arm		Hip&Leg			
Mizuki.S						yui.N		Moeka.K				yui.N		yui.N			
close						close		15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		close	
				Hip&Leg				Hip&Leg		Basic							
				yui.N				yui.N		honoka.m							
				close				close		close							
				17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30					
Beauty Conditioning				Waist		Beauty Conditioning		Waist		Waist		Waist					
Moeka.K				Moeka.K		Moeka.K		Moeka.K		Moeka.K		Moeka.K		Moeka.K			
16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		close		close		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30			
Hip&Leg		Basic		Hip&Leg		Waist						Beauty Conditioning					
yui.N		honoka.m		yui.N		yui.N						Moeka.K					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00					
Beauty Conditioning		Waist		Basic		Hip&Leg						Basic					
Moeka.K		yui.N		honoka.m		yui.N						Moeka.K					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30					
Basic		Hip&Leg		Waist		Back&Arm						Waist					
Mizuki.S		yui.N		yui.N		honoka.m		yui.N									

pilatesK		【 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	close	close
Waist		Waist	Back&Arm		
yui.N		yui.N	yui.N		
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
Hip&Leg		Back&Arm	Basic		
yui.N		honoka.m	honoka.m		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
		Basic	Hip&Leg		
		honoka.m	yui.N		
		close	15:00 ~ 16:00		
			Basic		
			honoka.m		
			close		
		17:30 ~ 18:30			
		Waist			
		yui.N			
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	close	close	close
Pre Basic	Basic	Hip&Leg			
Mizuki.S	honoka.m	yui.N			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Beauty Conditioning	Back&Arm	Waist			
Moeka.K	honoka.m	Moeka.K			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic	Beauty Conditioning	Basic			
Moeka.K	Moeka.K	Moeka.K			

・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週間前迄にお願いたします。
・レッスン開始時間1時間前迄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。