pilatesK　函館店

【　11/01　～　11/08　】　スケジュール

2026/10/15　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 Hip＆Leg 🔰 Anna.T	10:30 ～ 11:30 Pre Basic 🔰 Anna.T	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Anna.T	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Miaki.H	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning 🔰 Karin.W	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Anna.T
12:30 ～ 13:30 Basic 🔰 Karin.W	12:30 ～ 13:30 Pilates Workout Karin.W	12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 Miaki.H	12:30 ～ 13:30 Basic 🔰 Miaki.H		12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 Tomona.S	12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 Anna.T	12:30 ～ 13:30 Pre Basic 🔰 Anna.T
14:30 ～ 15:30 Waist 🔰 Anna.T	close	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Tomona.S	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Miaki.H		13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 Miaki.H	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Tomona.S	14:30 ～ 15:30 Back＆Arm 🔰 Miaki.H
16:30 ～ 17:30 Beauty Conditioning 🔰 Karin.W		15:00 ～ 16:00 jump to burn Miaki.H	close		close	15:00 ～ 16:00 Body Balance Karin.W	16:30 ～ 17:30 Basic 🔰 Miaki.H
close		close				16:30 ～ 17:00 お試し見学会 Karin.W	close
		17:30 ～ 18:30 Pre Basic 🔰 Anna.T				17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	
	18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Miaki.H	close	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	18:00 ～ 19:00 Body Balance Karin.W	18:00 ～ 19:00 Pre Basic 🔰 Anna.T	close	
	19:30 ～ 20:30 Waist 🔰 Anna.T		19:30 ～ 20:30 jump to burn Miaki.H	19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 Miaki.H	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S		
	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm 🔰 Miaki.H		21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 Tomona.S	21:00 ～ 22:00 Pilates Cardio Karin.W	21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 Anna.T		

pilatesK　函館店

【　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
	10:30 ～ 11:30 Pre Basic 🔰 Anna.T	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S		10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Anna.T	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 Tomona.S	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Anna.T	
	12:00 ～ 13:00 jump to burn Miaki.H	12:30 ～ 13:30 Reset Flow Miaki.H		12:00 ～ 13:00 Beauty Conditioning 🔰 Karin.W	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 Miaki.H	12:30 ～ 13:30 Basic 🔰 Tomona.S	
	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 Miaki.H	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Miaki.H		13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 Anna.T	13:30 ～ 14:30 Body Balance Karin.W	14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	
			close		15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	16:30 ～ 17:30 Pre Basic 🔰 Anna.T	
close	close	close		close	16:30 ～ 17:00 お試し見学会 Karin.W		close
					17:30 ～ 18:30 jump to burn Karin.W		
	18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Tomona.S	18:00 ～ 19:00 Pilates Workout Karin.W	18:00 ～ 19:00 Shape up waist Karin.W	18:00 ～ 19:00 Reset Flow Miaki.H		close	
	19:30 ～ 20:30 Waist 🔰 Anna.T	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 🔰 Anna.T	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	19:30 ～ 20:30 Pilates Cardio Karin.W	close		
	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning 🔰 Karin.W	21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 Karin.W	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 🔰 Miaki.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　函館店　【　11/17　～　11/24　】　スケジュール

2026/10/15　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 Back＆Arm 🔰 Anna.T	10:30 ～ 11:30 Reset Flow Miaki.H	close	10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio Karin.W	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Anna.T	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning 🔰 Karin.W	close	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Miaki.H
12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 Miaki.H	12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S		12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 Miaki.H	12:00 ～ 13:00 jump to burn Miaki.H	12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S		12:00 ～ 13:00 Shape up waist Karin.W
13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 Anna.T	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Miaki.H		13:30 ～ 14:30 Beauty Conditioning 🔰 Karin.W	13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 Anna.T	14:30 ～ 15:30 Basic 🔰 Tomona.S		13:30 ～ 14:30 Reset Flow Miaki.H
close	close		close	15:00 ～ 16:00 Back＆Arm 🔰 Miaki.H close 17:30 ～ 18:30 Basic 🔰 Miaki.H	16:30 ～ 17:30 Pilates Workout Karin.W close		close
18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	18:00 ～ 19:00 Beauty Conditioning 🔰 Karin.W	18:00 ～ 19:00 Pre Basic 🔰 Anna.T	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 Anna.T	close			18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Tomona.S
19:30 ～ 20:30 jump to burn Miaki.H	19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 Tomona.S	19:30 ～ 20:30 Shape up waist Karin.W	19:30 ～ 20:30 Reset Flow Miaki.H				19:30 ～ 20:30 Body Balance Karin.W
21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 Tomona.S	21:00 ～ 22:00 Pilates Workout Karin.W	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm 🔰 Anna.T	21:00 ～ 22:00 Pre Basic 🔰 Anna.T				21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S

pilatesK　函館店　【　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 Pilates Workout Karin.W	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Anna.T	10:30 ～ 11:30 Reset Flow Miaki.H	close	close
12:30 ～ 13:30 Back＆Arm 🔰 Anna.T		12:00 ～ 13:00 Pilates Cardio Karin.W	12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 Anna.T		
14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Karin.W		13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 Anna.T	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Miaki.H		
close		close	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg 🔰 Anna.T close 17:30 ～ 18:30 Back＆Arm 🔰 Anna.T		
18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 Miaki.H	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Tomona.S	close		
19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S	19:30 ～ 20:30 jump to burn Miaki.H	19:30 ～ 20:30 Beauty Conditioning 🔰 Karin.W			
21:00 ～ 22:00 Reset Flow Miaki.H	21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 Tomona.S	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 🔰 Tomona.S			

🔰：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。