

pilatesK 国分寺店		【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2026/10/11 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		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Back & Spine		Style up Pilates		Beauty Conditioning 🌿		Hip Punch				Waist 🌿		Hip & Leg 🌿		Pre Basic 🌿	
Camila.K		Rei.U		Misato.W		Camila.K				Nanami.K		Camila.K		Rei.U	
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Basic 🌿		Hip & Leg 🌿		Back & Spine		Waist 🌿				Basic 🌿		Reset Flow		Hip Punch	
momoko.A		Camila.K		Camila.K		momoko.A				Nanami.K		Rei.U		Camila.K	
14:30 ~ 15:30		close		13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	
Hip Punch				Basic 🌿						Pilates Barre		Back & Spine		Style up Pilates	
Camila.K				Misato.W						Rei.U		Camila.K		Rei.U	
16:30 ~ 17:30				15:00 ~ 16:00						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
Waist 🌿				Back & Arm 🌿								Style up Pilates		Back & Arm 🌿	
momoko.A				Camila.K								Rei.U		Camila.K	
close				close								close		close	
				17:30 ~ 18:30						17:30 ~ 18:30		Release&Strength			
				Hip Punch						Rei.U		close			
				Camila.K											
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00									
		Waist 🌿		Back & Arm 🌿		Basic 🌿									
		momoko.A		Rei.U		momoko.A									
		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
Basic 🌿		Style up Pilates		Beauty Conditioning 🌿		Waist 🌿									
momoko.A		Rei.U		HARUKA.		momoko.A									
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
Back & Spine				Basic 🌿		Back & Arm 🌿		Reset Flow							
Camila.K		momoko.A		HARUKA.		Rei.U									

pilatesK 国分寺店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Waist 🌈	Basic 🌈	Reset Flow		Back & Arm 🌈	Basic 🌈	Hip Punch	Basic 🌈		
momoko.A	momoko.A	Rei.U		Rei.U	momoko.A	moeko.t	momoko.A		
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		close	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	
Release&Strength	Style up Pilates	Hip & Leg 🌈			Waist 🌈	Pilates Barre	Basic 🌈	Hip Punch	
Ayumi.S	Rei.U	Rei.U			momoko.A	Rei.U	momoko.A	Ayumi.S	
close	13:30 ~ 14:30	close			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	close	
	Waist 🌈				Pre Basic 🌈	Waist 🌈	Reset Flow		
	momoko.A				Rei.U	momoko.A	moeko.t		
	close				close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
						Release&Strength	Waist 🌈		
						Rei.U	momoko.A		
						close	close		
						17:30 ~ 18:30			
						Waist 🌈			
						momoko.A			
						close			close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00		
Hip & Leg 🌈	Back & Spine	Basic 🌈	Waist 🌈		Reset Flow		Pre Basic 🌈		
Camila.K	Camila.K	momoko.A	momoko.A		moeko.t		Rei.U		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Back & Spine	Release&Strength	Waist 🌈	Hip Punch	Basic 🌈	Waist 🌈				
Camila.K	Rei.U	momoko.A	Camila.K	moeko.t	momoko.A				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00			
Basic 🌈	Hip Punch	Back & Arm 🌈	Basic 🌈	Beauty Conditioning 🌈		Back & Arm 🌈			
momoko.A	Camila.K	Camila.K	momoko.A	moeko.t		Rei.U			

：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。

pilatesK 国分寺店		【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール						2026/10/11 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist 🌿	Release&Strength		Basic 🌿	Style up Pilates	Back&Arm 🌿	Pilates Barre	Basic 🌿	
Hinata.T	Rei.U		未確定	Rei.U	Ena.N	Rei.U	momoko.A	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Pilates Barre	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Release&Strength	Waist 🌿	Hip Punch	
Rei.U	Nanaha.Y		moeko.t	未確定	Rei.U	momoko.A	moeko.t	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌿			Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	
Hinata.T			moeko.t	Rei.U	Ena.N	Rei.U	momoko.A	
close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close	close
				Hip Punch	Reset Flow	Basic 🌿		
				moeko.t	Rei.U	momoko.A		
				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00
Release&Strength	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Pilates Barre				Beauty Conditioning 🌿
Rei.U	未確定		momoko.A	Rei.U				Kilali.s
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
Basic 🌿	Reset Flow	Back&Arm 🌿	Waist 🌿	Back&Arm 🌿				
Minami.U	moeko.t	Narumi.M	momoko.A	Hinata.T				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
Style up Pilates	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿	close	close	close	Hip & Leg 🌿	
Rei.U	moeko.t	momoko.A	momoko.A				Kilali.s	

pilatesK 国分寺店		【 11/25 ~ 11/28 】 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
Waist 🌿		Hip & Leg 🌿	Reset Flow	Back & Spine	
momoko.A		未確定	moeko.t	Mika.N	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Reset Flow		Basic 🌿	Waist 🌿	Pre Basic 🌿	
Rei.U		momoko.A	momoko.A	Rei.U	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Release&Strength	
		momoko.A	moeko.t	Mika.N	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
	Basic 🌿		Style up Pilates		
	momoko.A		Rei.U		
close	close				
17:30 ~ 18:30					
Hip Punch					
moeko.t					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close
Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿			
Nanaha.Y	Hinata.T	Nanaha.Y			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Release&Strength			
未確定	momoko.A	Rei.U			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	
Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Reset Flow			
momoko.A	Hinata.T	Rei.U			

🌿 : 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時間前を切つ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。