pilatesK　小松

【　11/01　～　11/08　】　スケジュール

2026/11/05　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 Waist Risa.H 12:30 ～ 13:30 Pre Basic Lisa.K 14:30 ～ 15:30 Back＆Arm Miyako.T 16:30 ～ 17:30 Basic Lisa.K close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Miyako.T 12:30 ～ 13:30 Basic Lisa.K 14:00 ～ 14:30 お試し見学会 close 17:30 ～ 18:30 Basic Yumena.h 19:00 ～ 20:00 Beauty Conditioning Risa.H 20:30 ～ 21:30 Hip＆Leg Yumena.h	close	10:30 ～ 11:30 Basic Yumena.h 12:30 ～ 13:30 Waist Lisa.K close 17:30 ～ 18:30 Waist Risa.H 19:00 ～ 20:00 Basic Lisa.K 20:30 ～ 21:30 Back＆Arm Risa.H	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Yumena.h 12:30 ～ 13:30 Basic Risa.H 14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg Yumena.h 16:30 ～ 17:30 Waist Risa.H close	close

【　11/09　～　11/16　】　スケジュール

pilatesK　小松

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 Beauty Conditioning Risa.H 12:30 ～ 13:30 Basic Lisa.K close 17:30 ～ 18:30 Back＆Arm Miyako.T 19:00 ～ 20:00 Waist Lisa.K 20:30 ～ 21:30 Basic Miyako.T	10:30 ～ 11:30 Pre Basic Lisa.K 12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Risa.H 14:00 ～ 14:30 お試し見学会 close 17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg Miyako.T 19:00 ～ 20:00 Basic Risa.H 20:30 ～ 21:30 Back＆Arm Miyako.T	close	10:30 ～ 11:30 Waist Yumena.h 12:30 ～ 13:30 Basic Risa.H close 17:30 ～ 18:30 Basic Miyako.T 19:00 ～ 20:00 Back＆Arm Yumena.h 20:30 ～ 21:30 Hip＆Leg Miyako.T	10:30 ～ 11:30 Basic Lisa.K 12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg Yumena.h 14:30 ～ 15:30 Waist Risa.H 16:30 ～ 17:30 Back＆Arm Miyako.T close	close	close

🔰：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　小松

【　11/17　～　11/24　】　スケジュール

2026/11/05　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 Waist Lisa.K	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Miyako.T	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Risa.H	10:30 ～ 11:30 Pre Basic Lisa.K	close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Miyako.T	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Yumena.h
12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Miyako.T	12:30 ～ 13:30 Basic Yumena.h		12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning Risa.H	12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Yumena.h		12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Risa.H	12:30 ～ 13:30 Waist Lisa.K
close	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 close		close	14:30 ～ 15:30 Basic Risa.H 16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg Yumena.h		14:30 ～ 15:30 Basic Yumena.h 16:30 ～ 17:30 Waist Risa.H	close
17:30 ～ 18:30 Waist Yumena.h	17:30 ～ 18:30 Basic Lisa.K	17:30 ～ 18:30 Waist Risa.H	17:30 ～ 18:30 Pre Basic Lisa.K	close		close	17:30 ～ 18:30 Beauty Conditioning Risa.H
19:00 ～ 20:00 Basic Lisa.K	19:00 ～ 20:00 Back＆Arm Miyako.T	19:00 ～ 20:00 Basic Miyako.T	19:00 ～ 20:00 Hip＆Leg Yumena.h				19:00 ～ 20:00 Hip＆Leg Miyako.T
20:30 ～ 21:30 Hip＆Leg Yumena.h	20:30 ～ 21:30 Waist Lisa.K	20:30 ～ 21:30 Back＆Arm Risa.H	20:30 ～ 21:30 Basic Yumena.h				20:30 ～ 21:30 Back＆Arm Risa.H

pilatesK　小松

【　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 Basic Lisa.K	close	10:30 ～ 11:30 Basic Miyako.T	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Yumena.h	close	close
12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Risa.H		12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg Yumena.h	12:30 ～ 13:30 Basic Miyako.T		
14:00 ～ 14:30 お試し見学会 close		close	14:30 ～ 15:30 Waist Lisa.K 16:30 ～ 17:30 Back＆Arm Miyako.T		
17:30 ～ 18:30 Waist Yumena.h	17:30 ～ 18:30 Pre Basic Lisa.K	17:30 ～ 18:30 Waist Lisa.K	close		
19:00 ～ 20:00 Basic Miyako.T	19:00 ～ 20:00 Hip＆Leg Miyako.T	19:00 ～ 20:00 Back＆Arm Miyako.T			
20:30 ～ 21:30 Hip＆Leg Yumena.h	20:30 ～ 21:30 Waist Risa.H	20:30 ～ 21:30 Basic Lisa.K			

🔰：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。