

スケジュール

2026/10/13

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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30						
Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Basic 🍌		Beauty Conditioning 🍌	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌						
Hinata.T		Hinata.T	Nanaha.Y		HARUKA.	HARUKA.	moeko.t						
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30						
Back & Arm 🍌		Pre Basic 🍌	Waist 🍌		Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌						
Nanaha.Y		moeko.t	Hinata.T		Nanaha.Y	Hinata.T	Nanaha.Y						
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30						
Reset Flow		Beauty Conditioning 🍌			Basic 🍌	Beauty Conditioning 🍌	Waist 🍌						
moeko.t		HARUKA.			HARUKA.	HARUKA.	Nanaha.Y						
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Waist 🍌		Waist 🍌					Pre Basic 🍌						
Nanaha.Y		Hinata.T	moeko.t										
close		close	close		close	close	close	close					
									17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
									Hip & Leg 🍌	Reset Flow	Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌
	moeko.t			moeko.t					Nanaha.Y	Hinata.T	HARUKA.		
	close			close					close	close	close	close	
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00										
Back & Arm 🍌		Pre Basic 🍌	Waist 🍌										
Hinata.T		moeko.t	Hinata.T										
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close									
Beauty Conditioning 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌											
moeko.t	Nanaha.Y	Nanaha.Y											

スケジュール

11/0

11/10

--	--

11/12

11/13

11/1

11/1

11/16

11/09 月	11/10 火	11/11 水	11/12 木	11/13 金	11/14 土	11/15 日	11/16 月		
close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🏋️‍♀️ Hinata.T	10:30 ~ 11:30 Basic 🏋️‍♀️ Nanaha.Y	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🏋️‍♀️ Hinata.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🏋️‍♀️ Nanaha.Y	10:30 ~ 11:30 Waist 🏋️‍♀️ HARUKA.	close		
	12:00 ~ 13:00 Reset Flow moeko.t	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🏋️‍♀️ moeko.t		12:00 ~ 13:00 Reset Flow moeko.t	12:00 ~ 13:00 Waist 🏋️‍♀️ Hinata.T	12:30 ~ 13:30 Pre Basic 🏋️‍♀️ mizuki.H			
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🏋️‍♀️ moeko.t	close		13:30 ~ 14:30 Waist 🏋️‍♀️ Hinata.T	13:30 ~ 14:30 Basic 🏋️‍♀️ Nanaha.Y	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🏋️‍♀️ mizuki.H			
	close			close	close	15:00 ~ 15:30 Back & Arm 🏋️‍♀️ Hinata.T		16:30 ~ 17:30 Beauty Conditioning 🏋️‍♀️ HARUKA.	
						close		close	close
	17:30 ~ 18:30 Basic 🏋️‍♀️ HARUKA.	17:30 ~ 18:30 Waist 🏋️‍♀️ HARUKA.		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🏋️‍♀️ Nanaha.Y	17:30 ~ 18:30 Basic 🏋️‍♀️ Nanaha.Y	17:30 ~ 18:30 Waist 🏋️‍♀️ Hinata.T		close	
	19:00 ~ 20:00 Waist 🏋️‍♀️ Hinata.T	19:00 ~ 20:00 Basic 🏋️‍♀️ HARUKA.		19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🏋️‍♀️ Hinata.T	19:00 ~ 20:00 Beauty Conditioning 🏋️‍♀️ HARUKA.	close			
	20:30 ~ 21:30 Beauty Conditioning 🏋️‍♀️ HARUKA.	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🏋️‍♀️ Hinata.T		20:30 ~ 21:30 Basic 🏋️‍♀️ Nanaha.Y	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🏋️‍♀️ Nanaha.Y				

- ・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 昭島モリタウン

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2026/10/13 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 🌿	Basic 🌿		Waist 🌿	Reset Flow	Waist 🌿	Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	
HARUKA.	未確定		Hinata.T	moeko.t	Nanaha.Y	HARUKA.	HARUKA.	
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	
Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	
moeko.t	Hinata.T		HARUKA.	HARUKA.	Hinata.T	Nanaha.Y	Nanaha.Y	
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	
Basic 🌿			Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	
HARUKA.			Hinata.T	Hinata.T	Nanaha.Y	HARUKA.	Nanaha.Y	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close
					Basic 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	
					HARUKA.	Hinata.T	Nanaha.Y	
					close	close	close	
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿	close	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	
未確定	HARUKA.	Nanaha.Y	HARUKA.	Hinata.T		HARUKA.	HARUKA.	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		close	19:00 ~ 20:00	
Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Reset Flow		Reset Flow			
moeko.t	Hinata.T	HARUKA.	moeko.t		moeko.t			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30			
Reset Flow	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿				Waist 🌿	
moeko.t	HARUKA.	Nanaha.Y	HARUKA.				HARUKA.	

pilatesK 昭島モリタウン

【 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	10:30 ~ 11:30	close
Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	
Hinata.T		SAAKO	Hinata.T	moeko.t	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Reset Flow		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	
moeko.t		HARUKA.	Nanaha.Y	HARUKA.	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
		Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Reset Flow	
		HARUKA.	Nanaha.Y	moeko.t	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
			Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿	
			Hinata.T	HARUKA.	
	close		close	close	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	
Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿		
未確定	HARUKA.	SAAKO	Nanaha.Y		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		
Waist 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿			
HARUKA.	未確定	Hinata.T			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿			
HARUKA.	HARUKA.	Hinata.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。