

pilatesK 木曽川		【 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	
		Basic 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿		
		sayaka.t	Natsuki.Y		sayaka.t	Leika. k		
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
		Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		
		Sae.K	Sae.K		Sae.K	sayaka.t		
		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
		Hip & Leg 🌿	お試し見学会		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		
		sayaka.t	Natsuki.Y		sayaka.t	Leika. k		
		15:00 ~ 16:00	close		close	close		15:00 ~ 16:00
		Basic 🌿						Waist 🌿
		Sae.K						Natsuki.Y
16:30 ~ 17:00								
close	close	close	close	close	close			
17:30 ~ 18:30	close	close	close	close	17:30 ~ 18:30			
Basic 🌿					Basic 🌿			
sayaka.t					sayaka.t			
close					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
					Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	
					sayaka.t	sayaka.t	Leika. k	
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿						
Leika. k	Natsuki.Y	Sae.K						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿						
sayaka.t	sayaka.t	Leika. k						

pilatesK 木曽川		【 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 Beauty Conditioning 🌿 Leika.k	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Sae.K	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🌿 Natsuki.Y	10:30 ~ 11:30 Pre Basic 🌿 YURIE.H	close	close	
	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 sayaka.t	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌿 Leika.k		12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Sae.K	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 sayaka.t			
	13:30 ~ 14:30 Pre Basic 🌿 Leika.k	14:00 ~ 14:30 お試し見学会 Sae.K		13:30 ~ 14:30 Waist 🌿 Natsuki.Y	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌿 Sae.K			
	close	close		close	15:00 ~ 16:00 Beauty Conditioning 🌿 YURIE.H			
					16:30 ~ 17:00 お試し見学会 Sae.K			
					17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🌿 sayaka.t			
					close			
	18:00 ~ 19:00 Waist 🌿 Natsuki.Y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌿 Leika.k		18:00 ~ 19:00 Waist 🌿 Natsuki.Y				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 sayaka.t
	19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 sayaka.t	19:30 ~ 20:30 Waist 🌿 Natsuki.Y		19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 sayaka.t				19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 sayaka.t
	21:00 ~ 22:00 Waist 🌿 Natsuki.Y	21:00 ~ 22:00 Basic 🌿 Natsuki.Y		21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌿 Sae.K				21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning 🌿 Leika.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 木曽川		【 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
Pre Basic 🌱	Waist 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱
Leika.k	Natsuki.Y		Leika.k	Sae.K		Sae.K	Leika.k
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Waist 🌱	Back & Arm 🌱		Pre Basic 🌱	Basic 🌱
Sae.K	Leika.k		Natsuki.Y	Sae.K		Leika.k	Sae.K
13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Beauty Conditioning 🌱	お試し見学会		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱
Leika.k	Leika.k		Leika.k	Natsuki.Y		Sae.K	Sae.K
close	close		close	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	close
				Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱	
				Sae.K		Leika.k	
				close		close	
				17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	
				Waist 🌱		Basic 🌱	
				Natsuki.Y		Sae.K	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00
Waist 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱				Waist 🌱
Natsuki.Y	Leika.k	Sae.K	Sae.K				Natsuki.Y
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱				Beauty Conditioning 🌱
Sae.K	Sae.K	Natsuki.Y	Sae.K				Leika.k
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱				Waist 🌱
Sae.K	Sae.K	Sae.K	Natsuki.Y				Natsuki.Y

pilatesK 木曽川		【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close
Hip & Leg 🌱		Pre Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱		
Wakana.W		Leika.k	Leika.k		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Waist 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱		
Natsuki.Y		Sae.K	Sae.K		
14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
お試し見学会		Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱		
Natsuki.Y		Leika.k	Leika.k		
close		close	15:00 ~ 16:00		
			Basic 🌱		
			Sae.K		
			close		
			17:30 ~ 18:30		
			Back & Arm 🌱		
			Sae.K		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱			
YURIE.H	Sae.K	Natsuki.Y			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱			
Natsuki.Y	Natsuki.Y	Sae.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱			
YURIE.H	Sae.K	Natsuki.Y			

🌱 : 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。