

pilatesK 木曽川		【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2026/10/18 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 Basic sayaka.t	10:30 ~ 11:30 Waist Natsuki.Y	close	10:30 ~ 11:30 Basic sayaka.t	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Leika.k	close	
		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Sae.K	12:30 ~ 13:30 Basic Sae.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Sae.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg sayaka.t		
		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg sayaka.t	14:00 ~ 14:30 お試し見学会 Leika.k		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg sayaka.t	13:30 ~ 14:30 Basic Leika.k		
		15:00 ~ 16:00 Basic Sae.K	close		close	15:00 ~ 16:00 Waist Natsuki.Y		
		close				16:30 ~ 17:00 お試し見学会 Leika.k		
		17:30 ~ 18:30 Basic sayaka.t				17:30 ~ 18:30 Basic sayaka.t		
		close						
		close			18:00 ~ 19:00 Hip & Leg sayaka.t	18:00 ~ 19:00 Basic sayaka.t		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Leika.k
					19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning Leika.k	19:30 ~ 20:30 Waist Natsuki.Y		19:30 ~ 20:30 Basic Sae.K
					21:00 ~ 22:00 Basic sayaka.t	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg sayaka.t		21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Leika.k
					close			
					close			
					close			

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 Leika.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 sayaka.t			
					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
 ・クラスの曜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 時間前まで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 木曽川		【 11/17 ~ 11/24 】		スケジュール		2026/10/16 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	12:30 ~ 13:30		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	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	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	close	close	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		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
		Beauty Conditioning	Hip&Leg		
		Leika.k	Leika.k		
		close	15:00 ~ 16:00		
			Basic		
			Sae.K		
	16:30 ~ 17:00				
	お試し見学会				
Leika.k					
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
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願しております。
 ・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは、1時間前迄にお願いいたします。
 ※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。