pilatesK　福山

【　11/01　～　11/08　】　スケジュール

2026/10/28　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 Miyuu.H 12:30 ～ 13:30 Basic Akane.M 14:30 15:30 Release&Strength Miyuu.H 16:30 17:30 Basic Akane.M close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm KaRin.N 12:30 ～ 13:30 Shape up waist Miyuu.H 14:00 14:30 お試し見学会 Miyuu.H close 18:00 ～ 19:00 Basic Akane.M 19:30 ～ 20:30 Waist KaRin.N 21:00 ～ 22:00 Basic Akane.M	close 18:00 ～ 19:00 Shape up waist Natsuki.F 19:30 ～ 20:30 Pre Basic Natsuki.F 21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning Miyuu.H	10:30 ～ 11:30 Basic Akane.M 12:30 ～ 13:30 Waist Miyuu.H close 18:00 ～ 19:00 Basic KaRin.N 19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Natsuki.F 21:00 ～ 22:00 Back＆Arm KaRin.N	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm KaRin.N 12:30 ～ 13:30 Basic Akane.M 14:30 ～ 15:30 Waist KaRin.N 16:30 ～ 17:30 Basic Akane.M close	close

【　11/09　～　11/16　】　スケジュール

pilatesK　福山

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 Basic KaRin.N 12:30 ～ 13:30 Release&Strength Miyuu.H close 18:00 ～ 19:00 Pre Basic Natsuki.F 19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Miyuu.H 21:00 ～ 22:00 Waist Natsuki.F	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Natsuki.F 12:30 ～ 13:30 Basic Akane.M 14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Natsuki.F close 18:00 ～ 19:00 Beauty Conditioning Miyuu.H 19:30 ～ 20:30 Pre Basic Natsuki.F 21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Miyuu.H	close 18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Miyuu.H 19:30 ～ 20:30 Basic Akane.M 21:00 ～ 22:00 Shape up waist Miyuu.H	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Miyuu.H 12:30 ～ 13:30 Basic Akane.M close 18:00 ～ 19:00 Waist arisa 19:30 ～ 20:30 Release&Strength arisa 21:00 ～ 22:00 Basic Akane.M	10:30 ～ 11:30 Basic Akane.M 12:30 ～ 13:30 Waist KaRin.N 14:30 ～ 15:30 Basic Akane.M 16:30 ～ 17:30 Back＆Arm KaRin.N 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　福山　　【　11/17　～　11/24　】　スケジュール　　2026/10/28　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 Shape up waist Miyuu.H	10:30 ～ 11:30 Basic Akane.M	close	10:30 ～ 11:30 Basic Akane.M	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Natsuki.F	close	10:30 ～ 11:30 Release&Strength Miyuu.H	10:30 ～ 11:30 Basic Akane.M
12:30 ～ 13:30 Basic Akane.M	12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning Miyuu.H		12:30 ～ 13:30 Shape up waist Natsuki.F	12:30 ～ 13:30 Basic Akane.M		12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg Natsuki.F	12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning Miyuu.H
close	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Miyuu.H close		close	14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg Natsuki.F 16:30 ～ 17:30 Basic Akane.M close		14:30 ～ 15:30 Basic Miyuu.H 16:30 ～ 17:30 Waist Natsuki.F close	close
18:00 ～ 19:00 Basic Akane.M	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm KaRin.N	18:00 ～ 19:00 Basic Akane.M	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Miyuu.H	close		close	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Natsuki.F
19:30 ～ 20:30 Waist KaRin.N	19:30 ～ 20:30 Shape up waist Miyuu.H	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Natsuki.F	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Natsuki.F				19:30 ～ 20:30 Basic Akane.M
21:00 ～ 22:00 Back＆Arm KaRin.N	21:00 ～ 22:00 Waist KaRin.N	21:00 ～ 22:00 Basic Akane.M	21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning Miyuu.H				21:00 ～ 22:00 Shape up waist Natsuki.F

pilatesK　福山　　【　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 Hip＆Leg Miyuu.H	close	10:30 ～ 11:30 Waist Natsuki.F	10:30 ～ 11:30 Basic Akane.M	close	close
12:30 ～ 13:30 Basic Akane.M		12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg Natsuki.F	12:30 ～ 13:30 Release&Strength Miyuu.H		
close		close	14:30 ～ 15:30 Basic Akane.M 16:30 ～ 17:30 Shape up waist Natsuki.F		
18:00 ～ 19:00 Waist Miyuu.H	18:00 ～ 19:00 Basic Akane.M	18:00 ～ 19:00 Shape up waist Miyuu.H	close		
19:30 ～ 20:30 Pre Basic Natsuki.F	19:30 ～ 20:30 Waist Natsuki.F	19:30 ～ 20:30 Basic Akane.M			
21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Natsuki.F	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Natsuki.F	21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning Miyuu.H			

🔰：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。