

pilatesK 倉敷店		【 10/01 ~ 10/08 】			スケジュール		2026/10/17 更新	
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Back & Arm 🌿	Shape up waist	Basic 🌿		Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
	arisa	arisa	RINA.O		Yukuyo.U	arisa		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿		
	Yukuyo.U	Yukuyo.U	Hiromi.S		Hiromi.S	Yukuyo.U		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
	Pilates Workout	Basic 🌿	Waist 🌿		Hip & Leg 🌿			
	arisa	RINA.O	RINA.O		Yukuyo.U			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
		Pilates Barre	Pre Basic 🌿					
		arisa	Hiromi.S					
		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
	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	close		Hip & Leg 🌿	Release&Strength		Pilates Workout
Hiromi.S	RINA.O	RINA.O		RINA.O	arisa			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			
Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿		Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			
Yukuyo.U	Hiromi.S	Hiromi.S		Hiromi.S	Yukuyo.U			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Pre Basic 🌿	Release&Strength	Basic 🌿		Waist 🌿	Back & Arm 🌿			
Hiromi.S	RINA.O	RINA.O		RINA.O	arisa			

pilatesK 倉敷店			【 10/09 ~ 10/16 】		スケジュール		
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Hip & Leg 🌿	Pilates Workout		Pilates Barre
Hiromi.S	Hiromi.S	RINA.O		RINA.O	arisa		arisa
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Shape up waist	Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿		Basic 🌿
arisa	RINA.O	Hiromi.S		Hiromi.S	Yukuyo.U		Yukuyo.U
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Beauty Conditioning 🌿	Pilates Workout	Basic 🌿		Waist 🌿			Back & Spine
Hiromi.S	arisa	RINA.O		RINA.O		arisa	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close	
	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿					
	Hiromi.S	Hiromi.S					
	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	
Hip & Leg 🌿	close	close		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre	Beauty Conditioning 🌿
Yukuyo.U				Yukuyo.U	arisa	Hiromi.S	
19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Back & Spine				Pre Basic 🌿	Release&Strength	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿
arisa			Hiromi.S	arisa	Hana.I	Yukuyo.U	
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Basic 🌿			Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Pilates Workout	Pre Basic 🌿	
Yukuyo.U			Yukuyo.U	Yukuyo.U	arisa	Hiromi.S	

🌿：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時間前を切つ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 倉敷店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/10/17 更新		
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24			
土	日	月	火	水	木	金	土			
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			
Basic 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵	Shape up waist		Waist 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵			
Hana.I	Hiromi.S		arisa	arisa		Hiromi.S	Yukuyo.U			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Waist 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Release&Strength	Pre Basic 🇯🇵			
Hiromi.S	Hana.I		Hiromi.S	Yukuyo.U		arisa	Hiromi.S			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Hip & Leg 🇯🇵	Waist 🇯🇵		Pilates Workout			Pre Basic 🇯🇵	Basic 🇯🇵			
Yukuyo.U	Hiromi.S		arisa			Hiromi.S	Yukuyo.U			
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00		
Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵							Back & Arm 🇯🇵		
Hiromi.S	Hana.I							Hiromi.S		
close	close							close	close	close
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Basic 🇯🇵								Basic 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Basic 🇯🇵
Yukuyo.U								Yukuyo.U	Yukuyo.U	Yukuyo.U
close			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				
			Hip & Leg 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵	Shape up waist	Basic 🇯🇵				
			Yukuyo.U	Hiromi.S	arisa	Hana.I				
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
			Beauty Conditioning 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Pilates Workout				
			Hiromi.S	Yukuyo.U	Yukuyo.U	arisa				
	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵		Back & Spine	Hip & Leg 🇯🇵						
Yukuyo.U	Hiromi.S		arisa	Hana.I						

pilatesK 倉敷店		【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール											
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31							
日	月	火	水	木	金	土							
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Pilates Barre		Basic 🍌	Shape up waist		Hip & Leg 🍌	Basic 🍌							
arisa		Hana.I	arisa		Yukuyo.U	Hana.I							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00							
Basic 🍌		Hip & Leg 🍌	Release&Strength		Back & Arm 🍌	Release&Strength							
Yukuyo.U		Yukuyo.U	arisa		arisa	arisa							
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30							
Beauty Conditioning 🍌		Basic 🍌			Basic 🍌	Basic 🍌							
Hiromi.S		Hana.I			Yukuyo.U	Yukuyo.U							
16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00						
Pilates Workout						Back & Spine	Back & Spine						
arisa						arisa	arisa						
close						close	close	close	close				
										17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
										Beauty Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	Waist 🍌
	Hiromi.S			Yukuyo.U						Hana.I	Hiromi.S		
	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						19:00 ~ 20:00			
	Hip & Leg 🍌		Basic 🍌	Back & Arm 🍌						Pilates Workout			
	Yukuyo.U		Hana.I	Hiromi.S						arisa			
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30									
	Pre Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Hip & Leg 🍌	Beauty Conditioning 🍌									
	Hiromi.S	Yukuyo.U	Hana.I	Hiromi.S									

 : 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。