pilatesK

【 11/01 ～ 11/08 】 スケジュール

2026/10/22 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 Kira.t 12:30 ～ 13:30 Waist mayuki.T 14:30 ～ 15:30 Pre Basic Noah.M 16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg mayuki.T close	10:30 ～ 11:30 Body Balance Noah.M 12:30 ～ 13:30 Basic Kira.t 14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Noah.M close 17:30 ～ 18:30 Back＆Arm Noah.M 19:00 ～ 20:00 Waist mayuki.T 20:30 ～ 21:30 Beauty Conditioning mayuki.T	close	10:30 ～ 11:30 Waist mayuki.T 12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg Kira.t close 17:30 ～ 18:30 Pre Basic Noah.M 19:00 ～ 20:00 Basic Kira.t 20:30 ～ 21:30 Body Balance Noah.M	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning mayuki.T 12:30 ～ 13:30 Basic Kira.t 14:30 ～ 15:30 Waist mayuki.T 16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg Kira.t close	close

【 11/09 ～ 11/16 】 スケジュール

pilatesK

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 Hip＆Leg mayuki.T 12:30 ～ 13:30 Basic Kira.t close 17:30 ～ 18:30 Waist mayuki.T 19:00 ～ 20:00 Basic Kira.t 20:30 ～ 21:30 Beauty Conditioning mayuki.T	10:30 ～ 11:30 Basic Kira.t 12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning mayuki.T 14:00 ～ 14:30 お試し見学会 mayuki.T close 17:30 ～ 18:30 Pre Basic mayuki.T 19:00 ～ 20:00 Hip＆Leg Kira.t 20:30 ～ 21:30 Waist mayuki.T	close	10:30 ～ 11:30 Body Balance Misa.K 12:30 ～ 13:30 Basic mayuki.T close 17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg Kira.t 19:00 ～ 20:00 Back＆Arm Noah.M 20:30 ～ 21:30 Basic Kira.t	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Kira.t 12:30 ～ 13:30 Pre Basic Noah.M 14:30 ～ 15:30 Basic Kira.t 16:30 ～ 17:30 Body Balance Noah.M 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 【 11/17 ～ 11/24 】 スケジュール

2026/10/22 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 Basic 🔰 Kira.t	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Noah.M	close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Kira.t	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 mayuki.T	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Noah.M	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 mayuki.T
12:30 ～ 13:30 Body Balance Noah.M	12:30 ～ 13:30 Waist 🔰 mayuki.T		12:30 ～ 13:30 Pre Basic 🔰 mayuki.T	12:30 ～ 13:30 Body Balance Noah.M		12:30 ～ 13:30 Waist 🔰 mayuki.T	12:30 ～ 13:30 Basic 🔰 Noah.M
close	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Noah.M close		close	14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg 🔰 mayuki.T 16:30 ～ 17:30 Back＆Arm 🔰 Noah.M		14:30 ～ 15:30 Body Balance Noah.M 16:30 ～ 17:30 Basic 🔰 mayuki.T	close
17:30 ～ 18:30 Beauty Conditioning 🔰 mayuki.T	17:30 ～ 18:30 Basic 🔰 Kira.t	17:30 ～ 18:30 Waist 🔰 mayuki.T	17:30 ～ 18:30 Back＆Arm 🔰 Noah.M	close		close	17:30 ～ 18:30 Basic 🔰 Kira.t
19:00 ～ 20:00 Pre Basic 🔰 Noah.M	19:00 ～ 20:00 Beauty Conditioning 🔰 mayuki.T	19:00 ～ 20:00 Hip＆Leg 🔰 Kira.t	19:00 ～ 20:00 Basic 🔰 Kira.t				19:00 ～ 20:00 Beauty Conditioning 🔰 mayuki.T
20:30 ～ 21:30 Waist 🔰 mayuki.T	20:30 ～ 21:30 Hip＆Leg 🔰 Kira.t	20:30 ～ 21:30 Beauty Conditioning 🔰 mayuki.T	20:30 ～ 21:30 Body Balance Noah.M				20:30 ～ 21:30 Hip＆Leg 🔰 Kira.t

pilatesK 【 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 Pre Basic 🔰 Noah.M	close	10:30 ～ 11:30 Body Balance Noah.M	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 mayuki.T	close	close
12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg 🔰 Kira.t		12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning 🔰 mayuki.T	12:30 ～ 13:30 Back＆Arm 🔰 Noah.M		
14:00 ～ 14:30 お試し見学会 mayuki.T		close	14:30 ～ 15:30 Basic 🔰 Kira.t		
close			16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg 🔰 Kira.t		
17:30 ～ 18:30 Waist 🔰 mayuki.T	17:30 ～ 18:30 Basic 🔰 Kira.t	17:30 ～ 18:30 Pre Basic 🔰 Noah.M	close		
19:00 ～ 20:00 Body Balance Noah.M	19:00 ～ 20:00 Waist 🔰 mayuki.T	19:00 ～ 20:00 Hip＆Leg 🔰 Kira.t			
20:30 ～ 21:30 Basic 🔰 mayuki.T	20:30 ～ 21:30 Hip＆Leg 🔰 Kira.t	20:30 ～ 21:30 Basic 🔰 Kira.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。