pilatesK　リコパ東大和　【　11/01　～　11/08　】　スケジュール　2026/11/07　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
10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio Yuri.T	定休日	10:30 ～ 11:30 Body Balance Yuri.T	10:30 ～ 11:30 Basic Riona.M	close	10:30 ～ 11:30 jump to burn Yuri.T	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg misato.A	10:30 ～ 11:30 Pilates Barre Riona.M
12:30 ～ 13:30 Basic Riona.M		12:00 ～ 13:00 Pre Basic Riona.M	12:30 ～ 13:30 Pilates Barre Riona.M		12:00 ～ 13:00 Basic yukino	12:00 ～ 13:00 Beauty Conditioning Yuri.T	12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Narumi.M
14:30 ～ 15:30 Beauty Conditioning Hazuki.H		13:30 ～ 14:30 jump to burn Yuri.T	close		13:30 ～ 14:30 Body Balance Yuri.T	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg misato.A	14:30 ～ 15:30 Pre Basic Riona.M
16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg Yuri.T		15:00 ～ 16:00 Basic Riona.M			close	15:00 ～ 16:00 Pilates Cardio Yuri.T	16:30 ～ 17:30 Back＆Arm Narumi.M
close		close				close	close
		17:30 ～ 18:30 Basic Riona.M				17:30 ～ 18:30 Basic Yuri.T	
		close	18:00 ～ 19:00 Waist Hazuki.H	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm Hazuki.H	18:00 ～ 19:00 Pilates Barre Riona.M	close	
			19:30 ～ 20:30 Basic Riona.M	19:30 ～ 20:30 Body Balance Yuri.T	19:30 ～ 20:30 Waist Hazuki.H		
			21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Hazuki.H	21:00 ～ 22:00 Waist Hazuki.H	21:00 ～ 22:00 Pre Basic Riona.M		

pilatesK　リコパ東大和　【　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
定休日	10:30 ～ 11:30 Basic Rio.S	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning Hazuki.H	close	10:30 ～ 11:30 Pre Basic Riona.M	10:30 ～ 11:30 Basic Yuri.T	10:30 ～ 11:30 Body Balance Yuri.T	定休日
	12:00 ～ 13:00 Waist Hazuki.H	12:30 ～ 13:30 Basic Riona.M		12:00 ～ 13:00 Waist Hazuki.H	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm Hazuki.H	12:30 ～ 13:30 Basic yukino	
	13:30 ～ 14:30 Basic Rio.S	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Hazuki.H		13:30 ～ 14:30 Pilates Barre Riona.M	13:30 ～ 14:30 Basic Yuri.T	14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg Yuri.T	
	close	close		close	15:00 ～ 16:00 Waist Hazuki.H	16:30 ～ 17:30 Basic yukino	
					16:30 ～ 17:00 お試し見学会 Yuri.T	close	
					17:30 ～ 18:30 jump to burn Yuri.T		
	18:00 ～ 19:00 Pre Basic Riona.M	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm Azumi.S	18:00 ～ 19:00 Pilates Cardio Yuri.T	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm Narumi.M	close		
	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Hazuki.H	19:30 ～ 20:30 Pilates Barre Riona.M	19:30 ～ 20:30 Pre Basic Riona.M	19:30 ～ 20:30 Beauty Conditioning Hazuki.H			
	21:00 ～ 22:00 Pilates Barre Riona.M	21:00 ～ 22:00 Basic Riona.M	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Yuri.T	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Narumi.M			

：休講可能レッスン
・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　リコパ東大和　【　11/17　～　11/24　】　スケジュール　2026/11/07　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 Pilates Barre Riona.M	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning Hazuki.H	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Hazuki.H	10:30 ～ 11:30 Waist Hazuki.H	10:30 ～ 11:30 Pre Basic Riona.M	定休日	10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio Yuri.T
12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Yuri.T	12:30 ～ 13:30 Waist Hazuki.H		12:00 ～ 13:00 jump to burn Yuri.T	12:00 ～ 13:00 Pilates Barre Riona.M	12:30 ～ 13:30 Pilates Cardio Yuri.T		12:00 ～ 13:00 Basic Riona.M
13:30 ～ 14:30 Pre Basic Riona.M	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Riona.M		13:30 ～ 14:30 Beauty Conditioning Hazuki.H	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Hazuki.H	14:30 ～ 15:30 Pilates Barre Riona.M		13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg Yuri.T
close	close		close	15:00 ～ 16:00 Beauty Conditioning Hazuki.H 16:30 ～ 17:00 お試し見学会 Riona.M 17:30 ～ 18:30 Basic Riona.M	16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg Yuri.T		close
18:00 ～ 19:00 Waist Hazuki.H	18:00 ～ 19:00 Basic yukino	18:00 ～ 19:00 Pre Basic Riona.M	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg misato.A	close	close		18:00 ～ 19:00 Pilates Barre Riona.M
19:30 ～ 20:30 Body Balance Yuri.T	19:30 ～ 20:30 Pilates Barre Riona.M	19:30 ～ 20:30 Basic Yuri.T	19:30 ～ 20:30 Pre Basic Riona.M				19:30 ～ 20:30 Pre Basic Riona.M
21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Hazuki.H	21:00 ～ 22:00 Pre Basic yukino	21:00 ～ 22:00 Pilates Barre Riona.M	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg misato.A				21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Yuri.T

pilatesK　リコパ東大和　【　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 jump to burn Yuri.T	close	10:30 ～ 11:30 Body Balance Yuri.T	10:30 ～ 11:30 Basic Mimami.U	10:30 ～ 11:30 jump to burn Yuri.T	定休日
12:30 ～ 13:30 Basic Riona.M		12:00 ～ 13:00 Pre Basic Riona.M	12:00 ～ 13:00 Waist Hazuki.H	12:30 ～ 13:30 Basic yukino	
14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Yuri.T		13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg Yuri.T	13:30 ～ 14:30 Beauty Conditioning Hazuki.H	14:30 ～ 15:30 Body Balance Yuri.T	
close		close	15:00 ～ 16:00 Basic Mimami.U 16:30 ～ 17:00 お試し見学会 Hazuki.H 17:30 ～ 18:30 Pilates Cardio Makiho	16:30 ～ 17:30 Basic yukino	
18:00 ～ 19:00 Back＆Arm Hazuki.H	18:00 ～ 19:00 jump to burn Yuri.T	18:00 ～ 19:00 Waist Hazuki.H	close	close	
19:30 ～ 20:30 Basic Yuri.T	19:30 ～ 20:30 Waist Hazuki.H	19:30 ～ 20:30 Pilates Barre Riona.M			
21:00 ～ 22:00 Waist Hazuki.H	21:00 ～ 22:00 Body Balance Yuri.T	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Hazuki.H			

：休講可能レッスン
・クラスの編成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。
・レッスン開始時間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。