pilatesK　松原中央

【　11/01　～　11/08　】　スケジュール

2026/11/02　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 Back＆Arm Rinon.H	10:30 ～ 11:30 Hip Punch Mai.M	10:30 ～ 11:30 Basic Rinon.H	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Rinon.H	close	10:30 ～ 11:30 Pre Basic Karin.N	10:30 ～ 11:30 Hip Punch Karin.N	close
12:30 ～ 13:30 Reset Flow Maho.T	12:30 ～ 13:30 Basic Rinon.H	12:00 ～ 13:00 Beauty Conditioning yui.M	12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg Maho.T		12:00 ～ 13:00 Back＆Arm Rinon.H	12:00 ～ 13:00 Basic yui.M	
14:30 ～ 15:30 Basic Rinon.H	close	13:30 ～ 14:30 Waist yui.M	close		13:30 ～ 14:30 Shape up waist Kaco.F	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Rinon.H	
16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg Maho.T		15:00 ～ 16:00 Back＆Arm Rinon.H			close	15:00 ～ 16:00 Beauty Conditioning yui.M	
		close				close	
		17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg Honoka.y				17:30 ～ 18:30 Waist Rinon.H	
	18:00 ～ 19:00 Waist yui.M		18:00 ～ 19:00 Basic yui.M	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Maho.T	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm Rinon.H		
	19:30 ～ 20:30 Reset Flow Maho.T		19:30 ～ 20:30 Waist yui.M	19:30 ～ 20:30 Basic yui.M	19:30 ～ 20:30 Body Balance Maho.T		
	21:00 ～ 22:00 Basic yui.M		21:00 ～ 22:00 Body Balance Maho.T	21:00 ～ 22:00 Pilates Cardio Maho.T	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Maho.T		

pilatesK　松原中央

【　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 Body Balance Maho.T	10:30 ～ 11:30 Basic Rinon.H	close	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning yui.M	10:30 ～ 11:30 Waist yui.M	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Rinon.H	close
	12:00 ～ 13:00 Basic yui.M	12:30 ～ 13:30 Pilates Cardio Maho.T		12:00 ～ 13:00 Hip Punch Karin.N	12:00 ～ 13:00 Pilates Cardio Maho.T	12:30 ～ 13:30 Waist yui.M	
	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg Maho.T	close		13:30 ～ 14:30 Waist yui.M	13:30 ～ 14:30 Pre Basic yui.M	14:30 ～ 15:30 Beauty Conditioning yui.M	
	close			close	15:00 ～ 16:00 Body Balance Maho.T	16:30 ～ 17:30 Basic Rinon.H	
					close		
					17:30 ～ 18:30 Basic yui.M		
	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Karin.N	18:00 ～ 19:00 Beauty Conditioning yui.M	18:00 ～ 19:00 Pilates Cardio Maho.T	18:00 ～ 19:00 Basic Rinon.H			
	19:30 ～ 20:30 Pre Basic Karin.N	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Rinon.H	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Maho.T	19:30 ～ 20:30 Shape up waist Nami.F			
	21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning yui.M	21:00 ～ 22:00 Waist yui.M	21:00 ～ 22:00 Basic Rinon.H	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Rinon.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。

pilatesK　松原中央　【　11/17　～　11/24　】　スケジュール

2026/11/02　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 Waist Rinon.H	10:30 ～ 11:30 Pre Basic Karin.N	close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Maho.T	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Karin.N	10:30 ～ 11:30 Pre Basic yui.M	close	10:30 ～ 11:30 Basic yui.M
12:00 ～ 13:00 Beauty Conditioning yui.M	12:30 ～ 13:30 Waist Rinon.H		12:00 ～ 13:00 Basic Rinon.H	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm Rinon.H	12:30 ～ 13:30 Hip Punch Karin.N		12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Maho.T
13:30 ～ 14:30 Pre Basic yui.M	close		13:30 ～ 14:30 Pilates Cardio Maho.T	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg Maho.T	14:30 ～ 15:30 Waist yui.M		13:30 ～ 14:30 Reset Flow Maho.T
close			close	15:00 ～ 16:00 Basic Rinon.H close 17:30 ～ 18:30 Reset Flow Maho.T	16:30 ～ 17:30 Back＆Arm Karin.N		close
18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Karin.N	18:00 ～ 19:00 Basic yui.M	18:00 ～ 19:00 Reset Flow Maho.T	18:00 ～ 19:00 Hip Punch Karin.N				18:00 ～ 19:00 Shape up waist Karin.N
19:30 ～ 20:30 Basic Rinon.H	19:30 ～ 20:30 Pilates Cardio Maho.T	19:30 ～ 20:30 Release&Strength Karin.N	19:30 ～ 20:30 Waist yui.M				19:30 ～ 20:30 Beauty Conditioning yui.M
21:00 ～ 22:00 Shape up waist Karin.N	21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning yui.M	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Maho.T	21:00 ～ 22:00 Pre Basic yui.M				21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Karin.N

pilatesK　松原中央　【　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 Hip Punch Karin.N	close	10:30 ～ 11:30 Release&Strength Karin.N	10:30 ～ 11:30 Basic Rinon.H	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Karin.N	close
12:30 ～ 13:30 Pre Basic yui.M		12:00 ～ 13:00 Body Balance Maho.T	12:00 ～ 13:00 Beauty Conditioning yui.M	12:30 ～ 13:30 Basic Maho.T	
close		13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Karin.N	13:30 ～ 14:30 Shape up waist Karin.N	14:30 ～ 15:30 Release&Strength Karin.N	
		close	15:30 ～ 16:30 Back＆Arm Rinon.H close 17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg Karin.N	16:30 ～ 17:30 Pilates Cardio Maho.T	
18:00 ～ 19:00 Body Balance Maho.T	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm Rinon.H	18:00 ～ 19:00 Pre Basic yui.M			
19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Rinon.H	19:30 ～ 20:30 Basic Rinon.H	19:30 ～ 20:30 Waist Rinon.H			
21:00 ～ 22:00 Basic Rinon.H	21:00 ～ 22:00 Pilates Cardio Maho.T	21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning yui.M			

🔰：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。