

pilates K 表参道店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/07/12 更新	
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sena.K	10:30 ~ 11:30 Basic kano.T	10:30 ~ 11:30 Body Balance Sena.K	close	10:30 ~ 11:30 Waist Luuna.t	10:30 ~ 11:30 Back & Arm kanako.t		10:30 ~ 11:30 Waist Sena.K
12:00 ~ 13:00 Basic kano.T	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Rino.K	12:30 ~ 13:30 Basic kanako.t		12:30 ~ 13:00 Back & Arm Rino.K	12:30 ~ 13:30 Basic Luuna.t		12:00 ~ 13:00 Basic Sena.K
13:30 ~ 14:30 Body Balance Sena.K	13:30 ~ 14:30 Basic kano.T	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Rino.K		13:30 ~ 14:30 Basic Luuna.t			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg kano.T
	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Luuna.t	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Sena.K					
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Rino.K						
18:00 ~ 19:00 Basic kanako.t				18:00 ~ 19:00 Body Balance Sena.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg kano.T	18:00 ~ 19:00 Waist Luuna.t	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rino.K
19:30 ~ 20:30 Waist Luuna.t				19:30 ~ 20:30 Basic kano.T	19:30 ~ 20:30 Waist Sena.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rino.K	19:30 ~ 20:30 Basic Luuna.t
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rino.K				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Sena.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rino.K	21:00 ~ 22:00 Basic kano.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rino.K

pilates K 表参道店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/07/12 更新	
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Back & Arm kanako.t	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Luuna.t	close	10:30 ~ 11:30 Basic kano.T	10:30 ~ 11:30 Body Balance Sena.K		10:30 ~ 11:30 Basic kanako.t	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg kano.T
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg kano.T	12:30 ~ 13:30 Waist Sena.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm kanako.t	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Sena.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Rino.K	12:00 ~ 13:00 Waist Luuna.t
13:30 ~ 14:30 Basic kanako.t	14:30 ~ 15:30 Back & Arm kanako.t		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg kano.T		~	13:30 ~ 14:30 Basic kanako.t	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rino.K
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Rino.K	16:30 ~ 17:30 Body Balance Sena.K						15:00 ~ 16:00 Basic kano.T
							~
17:30 ~ 18:30 Basic kano.T							17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Luuna.t
			18:00 ~ 19:00 Waist Sena.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rino.K	18:00 ~ 19:00 Basic Sena.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg kano.T	
			19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rino.K	19:30 ~ 20:30 Basic kanako.t	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Luuna.t	19:30 ~ 20:30 Waist Luuna.t	
			21:00 ~ 22:00 Body Balance Sena.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rino.K	21:00 ~ 22:00 Waist Sena.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rino.K	

・休職可能レッスン
・クラスの個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 サイトをご覧ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1 時間前まで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。

pilates K 表参道店

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/12 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic		Waist	Basic		Back & Arm	Hip & Leg	Back & Arm
Luuna.t		Luuna.t	kanako.t		kanako.t	Sena.K	kanako.t
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Arm		Basic	Back & Arm		Hip & Leg	Waist	Hip & Leg
Sena.K		kanako.t	Rino.K		kano.T	Luuna.t	kano.T
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Waist		Back & Arm			Basic	Back & Arm	Basic
kanako.t		Rino.K			kanako.t	Rino.K	kanako.t
16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Back & Arm						Basic	Hip & Leg
Sena.K						kanako.t	kano.T
						17:30 ~ 18:30	
						Body Balance	
						Sena.K	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Basic	Hip & Leg	Basic	Back & Arm		
		kano.T	kano.T	Luuna.t	Rino.K		
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
		Stretch & Conditioning	Back & Ar2	Hip & Leg	Basic		
		Luuna.t	kanako.t	kano.T	kano.T		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
		Hip & Leg	Basic	Back & Arm	Waist		
		kano.T	kano.T	kanako.t	Luuna.t		

pilates K 表参道店

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/12 更新

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
月	火	水	木	金	土	日
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
	Back & Arm	Hip & Leg		Stretch & Conditioning	Back & Arm	Waist
	Rino.K	Sena.K		Luuna.t	kanako.t	Sena.K
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
	Body Balance	Waist		Back & Arm	Hip & Leg	Basic
	Sena.K	Luuna.t		Rino.K	kano.T	kanako.t
	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
	Basic			Basic	Waist	Hip & Leg
	kanako.t			Sena.K	Luuna.t	kano.T
					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
					Basic	Back & Arm
					kanako.t	kanako.t
					17:30 ~ 18:30	
					Waist	
					Luuna.t	
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Waist	Body Balance	Back & Arm	Hip & Leg		
	Luuna.t	Sena.K	Rino.K	kano.T		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Hip & Leg	Back & Arm	Basic	Waist		
	Sena.K	Rino.K	kano.T	Luuna.t		
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Stretch & Conditioning	Basic	Waist	Basic		
	Luuna.t	kanako.t	Sena.K	kano.T		

:休職可能レッスン

・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
・レッスン開始前日14時前迄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。