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 Pilates Cardio Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.m		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ayari.f	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Basic Hono.Y
12:00 ~ 13:00 Basic Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Sakura.M	12:00 ~ 13:00 Power up Control Sakura.M		12:00 ~ 13:00 Power up Control Sakura.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.m	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Ayari.f
13:30 ~ 14:30 Animal Stretch Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Back & Spine yui		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未定	13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未定	13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y
	15:00 ~ 16:00 Basic Hono.Y	15:00 ~ 16:00 Body Balance Nagi.m		15:00 ~ 16:00 Back & Spine Sakura.M		15:00 ~ 16:00 Hip Punch miho	
	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Ayari.f	16:30 ~ 17:30 Reset Flow Sakura.M					
	18:00 ~ 19:00 Basic Hono.Y	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout yui					
17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Ayari.f			17:30 ~ 18:30 Advance yui	17:30 ~ 18:30 jump to burn Yuna	17:30 ~ 18:30 Waist Nagi.m	17:30 ~ 18:30 Pilates Workout Karin
19:00 ~ 20:00 Body Balance Ayari.f				19:00 ~ 20:00 Animal Stretch Sakura.M	19:00 ~ 20:00 Waist Nagi.m	19:00 ~ 20:00 Back & Spine Sakura.M	19:00 ~ 20:00 Release&Strength Ayari.f
20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Ayari.f				20:30 ~ 21:30 Pilates Barre yui	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Yuna	20:30 ~ 21:30 Power up Control Sakura.M	20:30 ~ 21:30 Hip Punch Karin

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 Hip & Leg Ayari.f	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Ayari.f	10:30 ~ 11:30 Hip Punch maki.U	10:30 ~ 11:30 Basic Hono.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Waist Yumena.h	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Yuna	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Ayari.f	12:00 ~ 13:00 Basic Ayari.f	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning yui	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Ayari.f
13:30 ~ 14:30 Release&Strength Ayari.f	13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未定	13:30 ~ 14:30 Advance maki.U	13:30 ~ 14:30 Shape up waist yui	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未定
15:00 ~ 16:00 Waist Nagi.m	15:00 ~ 16:00 Shape up waist Sakura.M	15:00 ~ 16:00 Basic Hono.Y	15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Yuna		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Ayari.f		15:00 ~ 16:00 Hip Punch maki.U
16:30 ~ 17:30 Basic Hono.Y	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Hono.Y	16:30 ~ 17:30 Body Balance Ayari.f					16:30 ~ 17:30 Waist Ayari.f
18:00 ~ 19:00 Body Balance Nagi.m	18:00 ~ 19:00 Basic Yumena.h	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Ayari.f					18:00 ~ 19:00 Advance maki.U
19:30 ~ 20:30 Basic Hono.Y			17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Power up Control Sakura.M	17:30 ~ 18:30 Animal Stretch Sakura.M	17:30 ~ 18:30 Back & Spine Sakura.M	19:30 ~ 20:30 Waist Nagi.m
			19:00 ~ 20:00 jump to burn yui	19:00 ~ 20:00 Reset Flow Sakura.M	19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y	19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y	
			20:30 ~ 21:30 Basic Hono.Y	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 未定	20:30 ~ 21:30 Reset Flow Sakura.M	20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Sakura.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週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。

pilates K NU茶屋町店 【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/13 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 Release&Strength Ayari.f	10:30 ~ 11:30 Back & Spine yui	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kotone.W	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ayari.f	10:30 ~ 11:30 Body Balance Nagi.m	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout yui	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miyu.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.m	12:00 ~ 13:00 Reset Flow 未定	12:00 ~ 13:00 Basic Yumena.h	12:00 ~ 13:00 jump to burn yui	12:00 ~ 13:00 Basic Miyu.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Basic Hono.Y
13:30 ~ 14:30 Body Balance Nagi.m	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout yui	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kotone.W	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Ayari.f	13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.m	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Miyu.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Yuna	13:30 ~ 14:30 Hip Punch miho
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Ayari.f		15:00 ~ 16:00 Shape up waist yui		15:00 ~ 16:00 Basic Yumena.h		15:00 ~ 16:00 Back & Arm 未定	15:00 ~ 16:00 Basic Hono.Y
16:30 ~ 17:30 Back & Arm 未定						16:30 ~ 17:30 jump to burn Kotone.W	16:30 ~ 17:30 Waist Nagi.m
18:00 ~ 19:00 Waist Nagi.m						18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Yuna	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Basic Nagi.m	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 未定	17:30 ~ 18:30 Reset Flow 未定	17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio 未定	
	19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y	19:00 ~ 20:00 Back & Spine yui	19:00 ~ 20:00 Waist Yumena.h	19:00 ~ 20:00 Basic Yumena.h	19:00 ~ 20:00 Waist Nagi.m		
	20:30 ~ 21:30 Body Balance Nagi.m	20:30 ~ 21:30 Waist Nagi.m	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 未定	20:30 ~ 21:30 Shape up waist yui	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Hono.Y		

pilates K NU茶屋町店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/13 更新

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Karin	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.m	10:30 ~ 11:30 Body Balance Nagi.m	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Ayari.f	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定
12:00 ~ 13:00 Body Balance Nagi.m	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.m	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Ayari.f	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Ayari.f
13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.m	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Karin	13:30 ~ 14:30 Body Balance Nagi.m	13:30 ~ 14:30 Basic Nagi.m	13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.m	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Ayari.f	13:30 ~ 14:30 Basic Nagi.m
	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Ayari.f		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Ayari.f		15:00 ~ 16:00 Waist Yumena.h	15:00 ~ 16:00 Advance yui
					16:30 ~ 17:30 Basic Hono.Y	16:30 ~ 17:30 Waist Nagi.m
					18:00 ~ 19:00 Back & Arm Hono.Y	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ayari.f
17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Ayari.f	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Kotone.W	17:30 ~ 18:30 jump to burn Kotone.W	19:30 ~ 20:30 Basic Yumena.h	
19:00 ~ 20:00 Back & Arm 未定	19:00 ~ 20:00 Release&Strength Ayari.f	19:00 ~ 20:00 Pilates Workout Yuna	19:00 ~ 20:00 Pilates Barre Ayari.f	19:00 ~ 20:00 Pilates Cardio Kotone.W		
20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Ayari.f	20:30 ~ 21:30 Basic Hono.Y	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Yuna	20:30 ~ 21:30 jump to burn Kotone.W	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 未定		

👉: 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。