

pilatesK 新潟店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール						2025/11/11 更新
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	close	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
		Body Balance		Hip & Leg 🦋	Basic 🦋	Hip & Leg 🦋		
		Aoi.N		anna.S	anna.S	Aoi.N		
		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
		Hip & Leg 🦋		Basic 🦋	Body Balance	Pilates Cardio		
		anna.S		Aika.S	Aoi.N	Yui.K		
		close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
				Waist spXmas	Hip & Leg 🦋	Back & Arm 🦋		
				anna.S	anna.S	Aoi.N		
				close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
					Back & Arm 🦋	Basic 🦋		
					Aoi.N	Yui.K		
					17:30 ~ 18:30	close		
				Waist spXmas				
				anna.S				
	close		close					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				
Basic 🦋		Waist spXmas		Back & Arm 🦋				
Aika.S		anna.S		Aoi.N				
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				
Hip & Leg 🦋	Back & Arm 🦋	Basic 🦋						
anna.S	Aika.S	Aika.S						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Stretch & Conditioning 🦋	Basic 🦋	Hip & Leg 🦋						
Aika.S	anna.S	Aoi.N						

pilatesK 新潟店		【 12/17 ~ 12/24 】					スケジュール		2025/11/11	更新
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24			
水	木	金	土	日	月	火	水			
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Basic 🍌		Pilates Cardio	Back & Arm 🍌	Waist spXmas		Hip & Leg 🍌	Waist spXmas			
anna.S		Yui.K	Aoi.N	anna.S		Aoi.N	anna.S			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Pilates Cardio		Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌		Waist spXmas	Body Balance			
Yui.K		Aoi.N	anna.S	Aoi.N		Aika.S	Aoi.N			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close			
		Hip & Leg 🍌	Body Balance	Basic 🍌		Back & Arm 🍌				
		Yui.K	Aoi.N	anna.S		Aoi.N				
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close				
			Hip & Leg 🍌	Back & Arm 🍌						
			anna.S	Aoi.N						
			17:30 ~ 18:30							
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Waist spXmas	Pilates Cardio	Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Release&Strength						
anna.S	Yui.K	Aika.S	anna.S	Yui.K						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				
Release&Strength	Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌						
Yui.K	Aika.S	Aoi.N	Aika.S	Aika.S						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				
Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Stretch & Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌						
anna.S	Yui.K	Aika.S				anna.S	Yui.K			

pilatesK 新潟店		【 12/25 ~ 12/31 】			スケジュール	
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
木	金	土	日	月	火	水
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close
	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌			
	Aika.S	anna.S	Aika.S			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Pilates Cardio	Hip & Leg 🍌	Release&Strength			
	Yui.K	Aoi.N	Yui.K			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Waist 🍌			
	Aika.S	anna.S	Aika.S			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Basic 🍌	Hip & Leg 🍌			
		Aoi.N	Aika.S			
		17:30 ~ 18:30				
		Waist 🍌				
	anna.S					
	close	close				
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			
Basic 🍌			Body Balance			
Aika.S			Yui.K			
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			
Waist spXmas			Basic 🍌			
anna.S			anna.S			
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00			
Stretch & Conditioning 🍌			Back & Arm 🍌			
Aika.S			anna.S			

 : 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時間前を切つ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。