

pilates K 表参道店 【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール

2025/11/12 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	~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic		Stretch & Conditioning	Hip & Leg	jump to burn		Body Balance	Back & Arm
kanako.t		Luuna.t	未定	Sena.K		kanako.t	Rino.K
12:30 ~ 13:30	~	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Waist spXmas		Hip & Leg	Basic	Back & Arm		Waist spXmas	Basic
Rino.K		Sena.K	kanako.t	kanako.t		Rino.K	Sena.K
~	~	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	~
		Basic	Waist spXmas	Basic		Back & Arm	
		Luuna.t	Rino.K	Sena.K		kanako.t	
~	~	~	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		~	~
			Back & Arm	Hip & Leg			
			kanako.t	kanako.t			
~	~	~	~	~		~	~
			17:30 ~ 18:30	~		~	~
			Body Balance				
			kanako.t				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	~	~		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
jump to burn	Waist spXmas	Back & Arm				Basic	Stretch & Conditioning
Luuna.t	Luuna.t	Rino.K				Luuna.t	Luuna.t
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	~	~		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back & Arm	Basic	Pilates Cardio				Hip & Leg	Body Balance
Rino.K	Luuna.t	Sena.K				未定	kanako.t
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~	~		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Stretch & Conditioning	Back & Arm	Waist spXmas				jump to burn	Waist spXmas
Luuna.t	Rino.K	Rino.K				Luuna.t	Luuna.t

pilates K 表参道店 【 12/25 ~ 12/31 】 スケジュール

2025/11/12 更新

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

・体験可能レッスン
 ・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週間前までにお願ひしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前までのごキャンセルは、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。